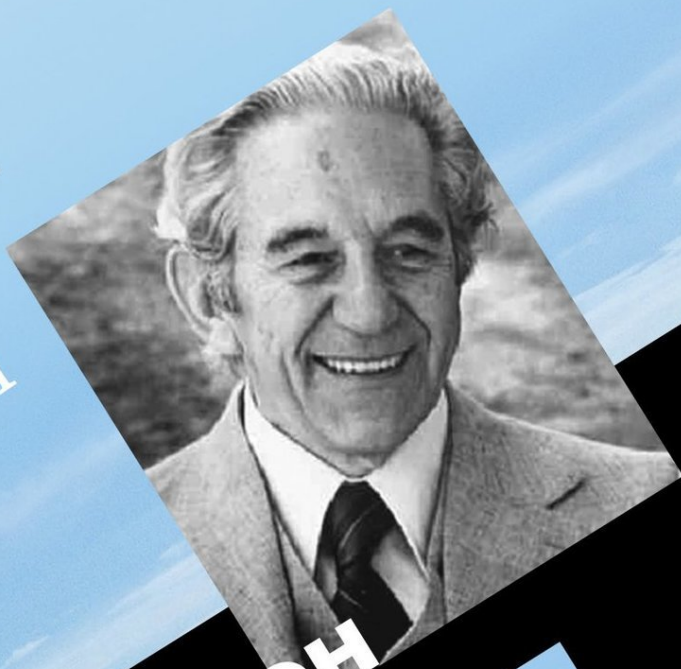


От автора
Метода
Седоны



Лестер Левенсон

КЛЮЧИ

к окончательной
СВОБОДЕ

Лестер Левенсон

**Ключи к окончательной
свободе. Мысли и беседы
о личной трансформации**

«ИД Ганга»

УДК 130.3
ББК 88

Левенсон Л.

Ключи к окончательной свободе. Мысли и беседы о личной трансформации / Л. Левенсон — «ИД Ганга»,

ISBN 978-5-907243-39-2

В свое время Лестер Левенсон был преуспевающим инженером, ученым, бизнесменом. Однако, став миллионером, он не обрел во всем этом самого главного – счастья. В сорок с лишним лет здоровье его было полностью потеряно и он мог умереть в любую минуту. Этот глубочайший кризис заставил его задуматься над смыслом жизни, над тем, что такое настоящее счастье. Поиски ответов на эти вопросы привели к удивительной трансформации, затронувшей все его тело и сознание. Он обрел то, что искал, – подлинное счастье, не зависящее ни от чего. С ним произошло просветление – распознавание того, кем он является на самом деле, – а тело исцелилось само собой. В данной книге Лестер делится своим опытом и утверждает, что каждый из нас, без исключения, может идти этим путем. Главное – это искреннее стремление познать Истину. Если оно у вас есть, то эта книга станет для вас ценным подарком. Вы найдете в ней ответы на свои вопросы и пойдете в верном направлении. Ценность книги также в том, что учения Востока, насыщенные понятиями и терминами, порой непонятными для западного человека, изложены в ней простыми словами на основании опыта человека, прожившего всю жизнь на Западе.

УДК 130.3
ББК 88

ISBN 978-5-907243-39-2

© Левенсон Л.

© ИД Ганга

Содержание

Беседа 1	7
Беседа 2	11
Беседа 3	20
Беседа 4	31
Беседа 5	38
Беседа 6	46
Беседа 7	53
Беседа 8	57
Беседа 9	66
Конец ознакомительного фрагмента.	70

Лестер Левенсон

Ключи к окончательной свободе. Мысли и беседы о личной трансформации

Lester Levenson

Keys to the Ultimate Freedom. Thoughts and Talks on Personal
Transformation

© О. Коротков. Перевод, 2019

© ООО ИД «Ганга». Оформление 2020

Беседа 1

Главная цель и пути к ее достижению

Все мы ищем в этом мире одно и то же. Каждое существо, даже животные, ищут это. И что же это такое, что все мы ищем? Счастье без печали! Непрерывное состояние счастья без всякого привкуса горя. Но если это так важно для нас, то по какой причине это является главной целью? Причина, по которой это является нашей главной целью, состоит в том, что безграничное счастье – это наша фундаментальная природа! Это подлинное, естественное состояние, которое мы всячески ограничили. Но почему большинство из нас не обладает этим постоянным счастьем без печали? Есть только одна причина: будучи бескрайним Бытием с присущим ему бесконечным счастьем, мы отказываемся от этой радости, от этого счастья, говоря: «Я – индивидуум, отдельный от Всего». Чтобы отделить себя от Всеобщности, я должен создать средство для достижения этой цели. Такое средство – мой ум, создающий тело и материальный мир. Затем я генерирую все больше и больше мыслей, которые творят все больше и больше дел. И так до тех пор, пока мысли и дела не утопят меня в своем болоте и не ослепят так, что я потеряю свою настоящую идентичность в качестве бесконечного Бытия, которым являюсь».

Основная мысль «я отделен от Всего» обязательно создает недостаток, нехватку чего-то. Нужда порождает желание, которое не может избавить от нехватки, поскольку она не реальная, а надуманная. Мы продолжаем стараться удовлетворить желание – и никогда, никогда не добиваемся успеха. В случае успеха в этой ситуации мы смогли бы удовлетворить все желания, что привело бы к их исчезновению! Желаний не было бы вовсе!

Единственная стоящая цель пребывания здесь, в этом мире, – это распознать или вспомнить наше изначальное естественное состояние тотальности, полной свободы и отсутствия ограничений. Как только мы готовы осознать, что это наше естественное состояние, мы приступаем к освобождению от всех ограничений. Основное, самое первое ограничение таково: «Я индивидуум, отделенный от Всего». Устрани это – и ты избавишься от всех ограничений, всех неприятностей, всех болезней, всей бедности.

Можно выразить это другими словами: «Бог есть все! Отпусти, и да будет Бог. Это не я, но Отец, действующий через меня». Нам следует отпустить чувство эго, являющееся изначальной причиной отделения от Всеобщности, и позволить нашему естественному Бытию просто быть. И тогда все выстроится идеальным образом.

Это все очень и очень просто. Если ты хочешь сложности, то никогда не увидишь простоты. Однажды мы встали на этот путь, однако ему нелегко следовать. Нам нелегко из-за прошлых привычек, которые устанавливались в течение тысяч и тысяч лет. По какой-то глупой причине нам подсознательно нравятся эти прошлые привычки к неприятностям, и поэтому мы сохраняем их. Так происходит потому, что мы отказываемся видеть их. Мы называем это подсознательным поведением! И мы продолжаем вновь и вновь повторять автоматическое ограничение, называя это работой подсознания. Подсознание – это только та часть ума, на которую мы отказываемся смотреть! Когда наше стремление обретает достаточную силу, мы откапываем эти подсознательные привычки и начинаем от них избавляться.

Нет никакого превращения в естественное Бытие, которым мы являемся. Это Бытие целостное и совершенное, здесь и сейчас. Есть только отпуская противоположного понимания, концепций, идей о том, что у нас есть проблемы и ограничения. Тот, кто говорит: «У меня есть проблема», имеет эту проблему в собственном уме. Это единственное место, где она есть, ибо ты ничего не можешь видеть иначе как в своем уме. На что бы ты ни посмотрел, что бы ты ни услышал, что бы ты ни почувствовал, все это происходит посредством твоего ума. Измени

свой ум – и все изменится снаружи. Поменяй свое мышление – и ты изменишь восприятие мира, в котором живешь. Сделай это – и ты получишь доказательства!

Итак, путь прост, дорога ясна. Но из-за наших привычек метод избавления от ограничений нелегок. Требуется очень сильное желание начать отпускать эти неправильные привычки из прошлого. Без этого сильного желания нет прогресса. Оно должно быть сильнее, чем стремление владеть миром и контролировать его. Когда ты видишь Истину, мир, каким он видится сейчас, оказывается выдумкой. Он превращается в сновидение. Сначала ты увидишь его просто как сон, а затем – как сон, которого никогда не было. Именно так случается в ночном сне. В ночном сне у тебя есть тело, существуют другие тела, есть действие, взаимодействие, есть «хорошо» и есть «плохо». Так что пока ты пребываешь в ночном сне, там все реально для тебя. Просыпаясь утром, ты говоришь: «Боже мой, это был просто сон! Этого никогда не случилось! Этот сон был полностью внутри меня!» И точно так же ты просыпаешься от сна под названием «бодрствование». Ты начинаешь видеть, что это была выдумка твоего воображения, это был только сон. А потом ты отпускаешь абсолютно все, и то, что остается, – это бесконечный Ты! Тогда можно назвать себя полностью реализованным и совершенно свободным.

На самом деле мы все время полностью реализованы. Мы полностью реализованные существа, которые говорят, что это не так. Таким образом, все, что нам нужно сделать, – это отпустить «мы не являемся». А то, что останется, – это полностью реализованное Бытие, наша подлинная природа. Есть ли вопросы по поводу того, что я сказал до этого момента? Нет? Значит, все это понимают, по крайней мере, интеллектуально.

Итак, если у тебя есть интеллектуальное понимание, но ты не можешь его использовать, то так происходит потому, что ты не смотришь на себя честно, правдиво, с глубоким желанием увидеть истинное Я. В этом процессе ты назвал все то, на что не будешь смотреть подсознательным умом. Однако нет необходимости раскапывать этот подсознательный ум, на самом деле гораздо лучше попытаться его успокоить. Когда мы можем полностью успокоить ум, тогда то, что останется, – это бесконечное истинное Я. Каждая мысль – это ограничение. Поэтому когда мы успокаиваем ум, то успокаиваем эти ограничивающие мысли, и для нас становится очевидным бесконечное Бытие, которым мы являемся. Тогда истинное Я не закрывается ограничивающими мыслями! Мы видим его и признаем, что никогда не были этим умом, этим телом. С этого момента ум и тело не могут влиять на нас. Мы смотрим на тело как на марионетку, и оно не влияет на нас. Как может управляемая нами кукла на нас влиять? Так что самый лучший метод из всех – это успокоить ум, чтобы увидеть Бытие, которым ты являешься. Задай вопрос: «Кто я?». И если приходят другие мысли, спроси: «Для кого эти мысли?» Ответ: «Для меня». – «Ну, и кто же я?» – и ты снова на пути, ищешь свое истинное Я.

«Кто я?» – это последний вопрос, на который ты можешь ответить. Так почему бы не начать с последнего вопроса? Если это возможно, то все хорошо, все замечательно. Но мало кто из нас способен использовать этот метод, просто держась за «Кто я?» и отвергая все другие приходящие мысли. Мы настолько увлеклись мыслями, что не можем отпустить их, и поэтому нам нужны другие методы, другие средства.

Другие основные методы в восточной *джняне* называются *йогой*, *раджа*, или *крिया йогой*, *бхакти йогой*, *карма йогой*. Кстати, единственная причина, по которой я обращаюсь к восточным учениям, состоит в том, что они всеобъемлющи и методологически совершенны. Такого в западном мире не найти. Методология западного мира частична и входит в восточную. Я думаю, что все мы знакомы с этими различными путями. Так что, если мы не можем применить самоисследование «Кто я?», то используем то, что подходит нам лучше. Путь, который нам сейчас по душе, – это тот самый путь, которым мы шли в предыдущих жизнях. Самый лучший путь для тебя – это тот, который нравится тебе больше всего.

Каждый путь включает в себя все другие. Единственная разница заключается в расстановке акцентов. Интеллектуалы делают акцент на *джняне*, пути интеллекта и мудрости. Пре-

данные делают акцент на *бхакти*, пути любви и преданности Богу. Желаящие быть полезными для человечества используют путь *карма йоги*. Каждый путь ведет к тому, чтобы успокоить ум в такой степени, чтобы мы могли увидеть бесконечное Бытие, которым являемся.

Раджа, или *крия йога*, – это полный и целостный путь, подходящий наибольшему количеству современных людей. Это восьмишаговый путь действий, в котором каждым предыдущий шаг ведет к последующему. Я думаю, что все вы знакомы с этими восемью шагами. Если нет, то можете узнать об этом из книг. Первые два шага – моральный и этический: что делать и чего не делать. Третий – это *асаны* и физические упражнения. Четвертый шаг – обучение контролю над дыханием и жизненной силой. Пятый – это отпускание внешнего мира, обращение внутрь путем отключения «сенсорных датчиков» и поворот своего внимания внутрь. Шестой – это сосредоточение ума, его успокоение путем удерживания на одной мысли и исключения других мыслей. Седьмой шаг – это однонаправленная медитация, ведущая к восьмому шагу, или к высшему состоянию, называемому *самадхи*. Это и есть путь *раджа*, или *крия йоги*, путь пошаговых действий, который может использовать каждый. Так случилось, что мы живем в эру относительно низких вибраций. Вот почему мы считаем духовный путь трудным, вот почему нам нужна эта *раджа*, или *крия йога*, постепенный и наиболее целостный путь.

Есть два способа развития. Один я называю негативным путем, состоящим в устранении негатива, входящего в ум, а также в видении причины проблемы, возникшей в мыслях когда-то в прошлом. Когда мы видим такую мысль, когда мы выводим ее на поверхность сознания, то отпускаем ее естественным образом. Мы видим, как глупо за нее держаться, и поэтому исправляем такую мысль и связанное с ней поведение. Однако другой путь лучше. Это позитивный путь. Успокой ум и осознай, кем и чем ты на самом деле являешься – бесконечным истинным Я. В общем, есть только два пути: один – это устранение негатива и другой (лучший) путь, позитивный: «Я есть то, что я есть», «Я есть Он». Второй путь намного быстрее.

Давай посмотрим на эту так называемую видимость, на мир. Мир – это иллюзия, которую мы создали в своем уме. Мир находится не снаружи – в действительности он внутри нас, внутри нашего ума. Когда-нибудь ты обнаружишь, что создал всю эту видимую тобой вселенную. Метод созидания состоит в том, что сначала мы создаем то, что называем умом. Мы создаем наш ум, который является не чем иным, как комбинацией всех наших мыслей (сознательных и подсознательных), и затем мысли создают материальный мир. Любая мелочь, происходящая с каждым, создана в наших мыслях. Мысленно мы создали то, что называется временем. Из-за него становится еще труднее что-то понять, потому что мы думаем сейчас, а последствия нашего мышления проявляются годы спустя. Единственным творцом здесь является ум, твой ум. Является ли Бог творцом? Да, потому что ты являешься им. Ты есть То! Ты запускаешь свой ум и с его помощью творишь. Необходимо и полезно выяснить, что все происходящее создано в нашем мышлении. Все, что с нами происходит, создано в наших мыслях. Это ступенька к тому, чтобы понять и признать, что мы – авторы всего, что с нами происходит. Сначала ты обнаруживаешь, что сам создал свою проблему, затем открываешь для себя, что можешь творить все, что захочешь. Далее обнаруживаешь, что нет ничего, чего ты не мог бы создать. Но тем не менее ты все еще несчастен. Причина в том, что ты отделил себя от Бесконечности. Ты будешь полностью удовлетворен только тогда, когда распознаешь свою бескрайность.

Так что если есть какие-то проблемы, то они остаются лишь потому, что ты держишься за них в своих мыслях. Как только ты ихпустишь, они уйдут! Если ты скажешь, что тебя это не касается, то это будет неправдой. На самом деле ты все еще держишься за свои проблемы, говоря, что это не работает. Дело в том, что попытка избавиться от проблемы приводит к ее удерживанию. Пытаясь избавиться от чего-то, мы удерживаем это в уме, тем самым подпитывая эту проблему. Так что единственный способ решить проблему – это отпустить ее. Не нужно видеть проблему, нужно видеть только то, что ты хочешь. Если ты так сделаешь, то с этого

момента будешь понимать, что все, получаемое тобой, – это именно то, чего ты хочешь. Но ты удерживаешь в уме то, чего не хочешь. Ты изо всех сил пытаешься избавиться от того, чего не хочешь, и тем самым лишь усиливаешь его. Так что если ты хочешь позитивной, счастливой жизни, то нужно отпустить негатив и наполниться позитивом.

Это не может быть изучено интеллектуально, не может быть познано с помощью ума, ибо оно воспринимается лишь при выходе за его пределы. Мы можем использовать ум, чтобы постепенно избавиться от ограничений до такой степени, чтобы можно было полностью успокоить ум и выйти за его пределы. Если было бы возможно понять то, о чем я говорю, интеллектуально, то достаточно было бы прочитать определенные книги. Но это не работает. Следует сосредоточиться на нашем истинном Я, находящемся за пределами ума. Чтобы понять, что такое ум, обрати его к своему источнику, а затем иди за его пределы к истинному Я. Таким образом, для постижения этого каждый должен это пережить, осознать, сделать его реальным, выйти за пределы ума и воспринять это там.

Итак, самое высшее состояние – это просто быть, и если бы мы могли только быть, то увидели бы нашу Бесконечность. Мы бы осознали, что нет никаких ограничений. Увидели бы, что мы есть Все. Мы находились бы в совершенно целостном, постоянном, неизменном состоянии. И это не ничто, не скука, это Единство, Всеобщность, вечная тотальная Наполненность. Ты никогда, никогда не потеряешь свое Я. Слово «я», которое ты используешь для обозначения своей индивидуальности, никогда не покинет тебя. Оно расширяется. Что происходит, когда ты вновь и вновь вспоминаешь, чем являешься? Ты начинаешь видеть, что другие люди – это тоже ты, что ты – это я, и что ты сейчас и всегда был великолепно бесконечен.

Смотри на свой ум. Это само по себе хорошая практика. Она отделяет тебя от него. Ты смотришь на него, наблюдаешь свои мысли. Это прекрасная практика. Если ты тщательно изучишь ум, то обнаружишь, что это иллюзия. Отпусти его, просто наблюдай свой ум. Окончательный свидетель – это истинное Я. Наблюдение за умом – это нечто потрясающее. Оно не только успокаивает ум, при этом он перестает быть тобой. Если проследить источник ума, то обнаружится, что это ничто. Весь этот мир – сновидение, иллюзия, а это значит, что он не реален.

Эта беседа была записана в Нью-Йорке 28 сентября 1964 г.

Беседа 2

Проблемы и как они решаются

Вы хотите, чтобы говорил я, или будете задавать вопросы? Думаю, я мог бы начать со своих впечатлений о вас. Мне кажется, что с тех пор как я был здесь в прошлом году, у вас как будто появилось больше проблем и они стали более интенсивными. Это касается всех вас в целом, а не кого-то конкретно. Из-за этого обострения проблем начинает казаться, будто мы идем назад. Но это не так. Мы поднялись до состояния, когда можем лучше выразить себя, и теперь, вместо того чтобы оставаться в подсознании, проблемы выходят на свет. Когда мы находимся в апатии, нам трудно выразить себя. Нам трудно действовать внешне, и поэтому наши проблемы по-прежнему находятся в подсознании, большинство из них не выходит наружу и не материализуется в мире.

Когда находящийся в апатии человек начинает из нее выбираться, он все еще погружен в это состояние, но уже начинает обретать некоторые возможности что-то делать. Тогда все чаще его проблемы материализуются снаружи, и кажется, будто мир обрушивается на него. На самом же деле это состояние роста, подъем от состояния апатии к началу состояния делания. Это состояние апатии-делания. Таким образом, когда мы вступаем в это состояние апатии-делания, то начинаем действовать, имея склонность к апатии и волнению. Поэтому мы несколько разрушительны, даже для самих себя. Мы становимся разрушительными внешне для мира и для себя, это выражается в том, что у нас много проблем и все происходящее кажется еще хуже. Мы думаем, что идем назад. На самом же деле мы движемся вперед, ибо апатия-делание выше, чем просто апатия.

Итак, шаг вперед от апатии-делания будет деланием, где мы будем одновременно конструктивны и деструктивны. Следующий шаг переносит нас в состояние делания-бытия, где мы становимся деятельными и только конструктивными. Когда ты поднимаешься оттуда вверх, то входишь в состояние бытия, где тебе не нужно что-то делать, только быть. Так что общее состояние мира сегодня таково, что он поднялся в это состояние апатии-делания. И поэтому кажется, что у мира стало больше проблем и они стали серьезней. Это прогресс, это шаг вперед, хотя кажется иначе.

Вопрошающий: Это касается мира в целом или только людей, идущих по пути?

Лестер: Мы все вовлечены в этот процесс. Вы видите, как это выражается: гонка вооружений (1964 год), протест против правящих кругов, преступность несовершеннолетних, Вьетнам, Африка. Сегодня это распространено повсюду. Это часть развития мира (стадия 2).

Вопрошающий: Причина в том, что люди более развиты и готовы справиться с этим?

Стадии роста

Бездействие

Апатия: бездействие из-за апатии, с чувством обиды и враждой, со страхом выражать себя из-за боязни возмездия. Субъективно разрушительное состояние.

(Между 1-й и 3-й стадиями)

Апатия-делание: начало действия, достаточно воли, чтобы выразить себя вовне. Начало внешне активного, но разрушительного состояния.

Действие

Действие, которое ведет нас от стадии 1 к равновесию стадии 5. Здесь человек равно конструктивен и деструктивен как для себя, так и для мира.

(Между 3-й и 5-й стадиями)

Делание-бытие: энергичное спокойное делание – много внешнего действия, все конструктивно и для себя, и для мира, и для вселенной.

Бездействие

Спокойствие: бездействие, способность просто быть, быть свидетелем, наблюдая и позволяя вселенной быть совершенной – такой, какой она на самом деле и является.

Лестер: Они более развиты. Не для того, чтобы справляться с этим, но просто более развиты. Способ, каким они действуют, зачастую деструктивен. Проблемы не должны решаться путем убийства друг друга или с помощью насилия. Проблемы могут быть решены путем обсуждения, именно так они и должны решаться. Тем не менее это шаг вперед из низшего состояния (стадия 1). Мир сегодня находится в низком состоянии бытия (стадия 2). Это называется материалистический век. Около 1700 г. н. э. мы вышли из низшего состояния, в котором жили только для того, чтобы насытить свой аппетит. Вы знаете, что были темные века. Мы сейчас находимся на второй стадии, и боль от перехода с первой стадии на вторую усиливается. Но такое состояние – не очень духовное, это этап, когда наш технический прогресс огромен. На третьем этапе зарождается состояние знания того, что это мир, порожденный умом, и что мы все связаны. Мы перестаем бороться друг с другом и все любим друг друга. Четвертое состояние – это состояние, в котором человек полностью знает свое бытие в Боге, знает, что он есть абсолютно свободное Бытие. Это четыре эры (железная, бронзовая, серебряная и золотая), о которых говорили древние греки. Пятая же стадия, хотя и достигается в этом мире, в действительности находится за его пределами. Однако в любое время, когда кто-то сделает выбор, он может перейти в высшее состояние. Мы не должны оставаться на том уровне, на котором находится мир, и те из нас, кто идет по духовному пути, поднимаются вверх из этого общего уровня. Разве мы не счастливики?

Вопрошающий: Даже с нашими проблемами?

Лестер: Да. Для пребывающих в мире все кажется безнадежным. Они чувствуют себя беспомощными. Мы знаем выход. Независимо от того, какую боль причиняет нам мир, мы знаем, что есть выход. У нас есть надежда и направление движения. И каков же выход? Не искать счастья в мире, но попытаться найти то место, где находится счастье. И это место прямо внутри нас, в нашем сознании. Безграничная радость – это естественное, присущее нам состояние, уничтожаемое невежеством и путем навязывания ограничивающих концепций: мне нужно это, мне нужен он, мне нужна она, если я не получу этого, то мне больно, у меня проблемы. Рост заключается всего лишь в отпуске этих концепций недостатка и ограниченности или, если рассматривать это с положительной точки зрения, то в погружении вглубь себя и видении этого безграничного Бытия, которым мы являемся, а также в выборе оставаться этим Бытием.

Каждый раз, когда у нас возникают проблемы, мы – это ограниченное эго. Дело в том, что мы пытаемся выразить истинное Я через ограниченное эго, которое слишком мало, и поэтому нас сжимает и нам становится больно. Итак, если есть проблема, нужно спросить себя: «Что я делаю? Где то «я», которое требует и ищет, основываясь на мотивации эго?». Если приходит ответ и ты видишь, что так называемую проблему вызывает хитрое эго, которым ты себя считаешь, то автоматически причина проблемы вытаскивается из подсознания в сознание. И когда она станет сознательной, ты естественным образом отпускаешь ее. Причина, по которой человек не отпускает, заключается в том, что создающая трудности мысль находится в подсо-

знании. Итак, либо мы делаем мысль сознательной и отпускаем ее, либо (и это самый высший и лучший путь) мы достаточно сильно уверены в том, что являемся истинным Я, что мы не есть это тело, этот ум и этот мир. При переживании истинного Я становится понятным, что чувство истинного Я – это не что иное, как безграничная радость, и все проблемы немедленно разрешаются!

Когда я говорю, что такое неведение служит причиной любой проблемы и любой неприятности, это звучит, в некотором смысле, как обвинение. Но ты обнаружишь, что это правда. Когда ты будешь своим истинным Я, тогда не будет проблем, тогда не будет ничего, что не выстраивалось бы идеально, гармонично и без усилий. Чем сильнее нас мотивирует эго, тем труднее нам что-то сделать, тем меньше гармонии и тем больше мы страдаем. И это действительно так просто, как я говорю. Нелегко отпустить эти неправильные привычки держаться отождествления со своим эго. Привычки сильны. За тысячи лет они так вьелись в нас. Все мы сейчас на пути, и мы все это отпускаем. Но из-за привычек, которые были с нами так долго, отпускать нелегко. Тем не менее в тот момент, когда мы решаем отпустить, мы можем это сделать. Мы говорим, что не можем отпустить, только потому, что в действительности мы не хотим этого. Желание отпустить недостаточно сильно.

Может, я слишком все упрощаю? Джим, ты знаешь, почему я к тебе обращаюсь. Дело в том, что мне известно, что у тебя были определенные трудности. Скорее всего, раньше ты слышал, в каком красивом и сложном виде все это преподносилось. Было добавлено много чего, что все усложняло и делало более трудным для понимания. Но однажды мы принимаем это и видим простоту. Затем все, что нам нужно сделать, – осуществить это. Никто не может сделать это, кроме нас самих.

Вопрошающий: У одной моей подруги есть проблемы. Она католичка и очень набожна. Когда все становится хуже некуда, когда у нее нет больше надежды, когда она оказывается на дне, в этот самый момент случается что-то такое, что все в ее жизни налаживается.

Лестер: Ты не знаешь, почему она должна достичь дна?

Вопрошающий: Пожалуй, у нее есть вера, и она знает это.

Лестер: Нет, у нее нет веры, и она не благочестива, это ее беда. Видишь ли, ее вера должна была бы заставить ее все отпустить и позволить действовать Богу. Набожность приводит к тому же самому: сдаться и быть скромной. Внешне она такая, как ты говоришь, но внутренне она такая, как говорю я. Понимаешь, она пытается сама все контролировать, и это не позволяет Богу действовать через нее. Она старается, старается и старается.

Вопрошающий: Она молится.

Лестер: Да, она молится, но она желает, чтобы было так, как хочет она, а не так, как хотел бы Бог. Она выяснила, что ее молитвы не помогают. Нет нужды молиться, если ты по-настоящему сдаешься. Ты должен все отпустить и позволить действовать Богу. Когда она ведет себя таким образом? Она отпускает в том случае, если сама больше ничего не может сделать. Она отпускает в самом крайнем случае, а в тот момент, когда человек по-настоящему отпускает, все разрешается само. Можешь ли ты это понять? В экстремальных ситуациях она чувствует: «О, я ничего не могу поделать». И тогда она все отпускает и позволяет действовать Богу. Если ты сможешь ей это объяснить, то она, скорее всего, поймет. И тогда сможет пользоваться этим более осознанно.

Вопрошающий: Я все время пытаюсь сказать ей, что она должна быть уверена в себе.

Лестер: Убеждение сильнее веры, абсолютная убежденность в Боге сделает это! Отпусти все и позволь действовать Богу. И тогда все исправляется. Но когда мы пытаемся действовать сами, возникают проблемы.

Вопрошающий: Когда мы говорим: «Отпусти все и позволь действовать Богу», – значит ли это, что нужно действовать так, как находишь нужным, или просто усесться и позволить всему происходить?

Лестер: Пусть у тебя будет чувство «позволения всему случаться». Чтобы достичь этого, мы должны отпустить привязанность к эго. Эго таково: «Я человек, Лестер, у меня есть тело, и я что-то делаю». Это неправильно. Если я являюсь истинным Я, то нет никакого Лестера, я должен убрать Лестера с пути и позволить действовать истинному Я, или Богу. Когда это будет достигнуто, ты будешь идти по жизни, ты будешь как бы проплывать сквозь мир, но в этом не будет усилия. Если есть усилие, то есть эго. Конечно, тебе придется приложить кое-какие усилия, потому что ты не начинаешь, как реализованное истинное Я. Сам видишь, когда эта девушка доходит до крайности, она отпускает – и все происходит без усилий. Это и есть отпустить все и позволить действовать Богу!

Религиозное обучение и вообще обучение подобным вещам не делает этого. Но обладание ими приводит к результату. Тот факт, что у нее есть проблемы, доказывает, что у нее нет твердой убежденности в Боге. Ибо Бог есть Все, Бог совершенен, и если Бог есть Все и Бог совершенен, все должно быть совершенно. Это не оставляет никакого места для несовершенства или неприятностей. Если ты принимаешь такое отношение, то так и будет! Итак, мы говорим о чувстве, что я не деятель, что я все отпускаю и пусть происходит то, что происходит.

Вопрошающий: Я не могу сказать, когда я являюсь эго.

Лестер: Когда нет усилий, тогда нет эго. Чем больше усилий, тем больше эго.

Вопрошающий: Когда усилия чрезмерны, все равно приходится в той или иной степени изменять путь.

Лестер: Да. Я пытаюсь дать тебе метод, чтобы понимать, эго это или нет. Чем больше усилий, тем больше эго. Однако до тех пор, пока ты не будешь полностью реализован, тебе придется прилагать усилия. Но настанут времена, когда ты вообще не будешь прилагать усилий и все будет выстраиваться для тебя идеально. Это будет означать, что ты пребываешь твоим истинным Я.

Вопрошающий: Разве подобный подход не делает человека настолько ленивым, что он не совершает никаких действий? Означает ли это, что не нужно стараться что-то делать? Вот чего я не понимаю.

Лестер: Лениность – это действие, негативное действие, это акт удержания себя от движения. Сейчас ты не можешь пребывать в бездействии. Чтобы достичь бездействия, ты должен пытаться все больше и больше отпускать свое эго, ибо сейчас ты не способен сделать это полностью. Если бы ты мог, то был бы полностью реализованным. Но если ты продолжишь отпускать эго, то в конечном счете отбросишь его и будешь свидетелем, станешь не-деятелем. Имеет ли это смысл или какое-то значение для тебя? Будь не-деятелем. Позволь этому про-

изойти. Пусть у тебя будет чувство: что бы ни происходило, это мир Божий. Так что позволь действовать Ему!

Вопрошающий: Как нам избавиться от проблем?

Лестер: В тот самый момент, когда ты говоришь: «У меня есть проблема», ты увяз и делаешь ее реальной! Ты не можешь избавиться от проблемы, потому что делаешь ее реальной. Тем самым ты ее уже получил.

Вопрошающий: Выходит, что если у нас возникает проблема и мы скажем: «Вообще нет никакой проблемы», тогда проблема исчезнет?

Лестер: Нет. Если ты скажешь: «Нет никакой проблемы», она не исчезнет, потому что ты говоришь: «Нет проблемы». Ты мысленно держишь эту проблему в уме и тем самым подпитываешь ее. Удали эту проблему из своего ума. Знай, что все идеально, и тогда проблемы точно не существует.

Вопрошающий: Ну, я именно так и думаю. Я считаю, что все действительно идеально.

Лестер: Если ты это делаешь по-настоящему, тогда все так и должно быть.

Вопрошающий: Как легко было бы, если бы мы понимали это с самого начала.

Лестер: Да. Видишь ли, жизнь – в ее естественном виде – совершенно безусильна. Если бы мы просто были нашим естественным истинным Я, то в жизни не было бы никаких усилий. Но мы пытаемся быть ограниченным эго. А это требует усилий. Когда твое естественное состояние безгранично, то для того чтобы быть ограниченным, требуется усилие. И чем больше ты стараешься быть ограниченным, тем больше усилий требуется. Но пребывание твоим неограниченным истинным Я не требует усилий. Так же как твоя подруга: когда она доходит до крайности, она все отпускает. И тогда все правильно выстраивается, причем без всяких усилий. Она старалась и старалась изо всех сил, но все становилось только хуже и хуже. Но когда она сдалась и отпустила, все решилось.

Вопрошающий: Да, но она должна была выходить из дома, чтобы искать работу, она должна была ходить к агенту, она просто не могла сесть и ждать.

Лестер: Я говорю, что все, что ей нужно было сделать, – это все отпустить и быть собой. Тогда – даже если бы она заперлась в камере – все нужное пришло бы к ней. Ты не сидишь и не ждешь, ты не перестаешь что-то делать. Просто отпусти чувство деятеля. Просто безоговорочно знай, что все совершенно, и тогда малейшая твоя мысль быстро воплотится. У Бога, истинного Я, нет ограничений. Если ты все отпустишь, то воплотится любая твоя мысль. Так происходит потому, что ты призываешь твою бесконечную силу, твое истинное Я. Ничто не может остановить это!

Вопрошающий: Но в то же время, чтобы добиться чего-то, нужно бороться.

Лестер: Нет, я говорю прямо противоположное: запри себя в камеру и навесь снаружи амбарный замок. И если ты сделаешь, как я говорю, то увидишь, что это произойдет. Это должно произойти. Ничто не может помешать, ведь призвано Всемогущество!

Вопрошающий: Для чего нужна молитва, что означает молитва?

Лестер: Молитва необходима для тех, кто в ней нуждается. Если ты знаешь то, что знаешь, то кому ты молишься? Если ты есть То, почему ты должен молиться Ему? Видишь ли, молитва допускает двойственность: «Я молюсь Богу». Поддерживай свое Единство. Однако если ты молишься, то лучше всего молить лишь об одном: о большей мудрости, чтобы избавиться от необходимости молить и просить о чем-то. Все зависит от состояния понимания. Большинству людей в мире сегодня надо молиться. Но молитва допускает двойственность – Бог там, вовне. Мы же должны знать, что Бог внутри. Несмотря на то что Иисус сказал: «Царство Божие внутри нас», мы все еще ищем Бога снаружи. Но Его там нет, Он только внутри. Он оказывается нашим собственным Бытием. Слово «Я», к которому ничего не добавлено, – это разыскиваемый нами Бог. Когда ты говоришь: «Я есть что-то», – это не Бог. Или: «Есть я и что-то» – это тоже не Бог. Но только чистое Я, единственное Я – это Бог. Вот почему говорят, что Бог ближе нашей собственной плоти, и это наше Я. Как близко Бог к Я? Он ближе, чем собственная плоть, это и есть Бог, твое неотъемлемое истинное Я!

Вопрошающий: Это очень хорошее чувство.

Лестер: Да, потому что оно напоминает тебе о том, что ты знаешь на уровне подсознания: что ты есть истинное Я. Просто держись за слово «я», только «я, я, я, я» – и тебе станет веселее. Просто попробуй это, когда ты один. Просто «я, я, я», а не «я есть тело, я есть ум», а «я, я, я». Это и есть чувство бытия. Я думаю, что слово, которое описывает Бога больше, чем любое другое, – это слово «Бытие». Бог – это Всебытийность. Мы, когда смотрим в себя, – это Всебытийность, притворяющаяся, что мы Его крошечная часть, ограниченный телесный ум. Но посмотрев внутрь себя, ты увидишь, что ты – Всебытийность. Бытие – это Бог! Бытие – это также Осознание, Сознание. Это одно и то же. Позднее ты увидишь идентичность Бытия, Осознания и Сознания.

Так что будь самим собой – и никогда не будет проблем. Видеть проблему в мире – это попытка быть ограниченным эго-телом-умом. Если ты думаешь, что у тебя есть проблемы, то так оно и есть. Если ты просто примешь, что Бог – это вселенская величина, что Бог совершенен, что Он – это все, что есть, и посмотришь на Совершенство, то это есть все, с чем ты когда-либо встречался!

Вопрошающий: Тогда мы должны стереть слово «проблема».

Лестер: Да. Нужно стереть слова «проблема», «не могу», «не надо», «не буду», в общем, все отрицательные слова. В будущем, когда человек будет находиться в состоянии гармонии, все эти слова исчезнут.

Вопрошающий: По мере продвижения по пути очень многое начинает казаться гораздо более поверхностным. Я не знаю, что это: прогресс или я становлюсь безразличным к миру вокруг меня.

Лестер: Быть безразличным, в смысле непривязанным, – это тоже прогресс.

Вопрошающий: Мне действительно наплевать на политику и на все эти вещи, которые когда-то казались такими важными. Это плохо?

Лестер: Как это ощущается?

Вопрошающий: Я анализировал это чувство. И я увидел, что все эти люди думают, будто то, что они делают, очень важно. Возможно, я не прав в том, что я не чувствую себя таким же образом.

Лестер: Нет, ты прав. Чем дальше ты идешь, тем больше видишь Совершенство и, следовательно, тем меньше ты видишь проблем. Чем больше человек видит проблем, тем ниже его уровень. То, о чем ты говоришь, – это проблемы. Люди, которые их видят, хотят, чтобы ты был таким же, как они. И они скажут, что ты не прав. Это такая штука, относительно которой ты должен быть начеку. По мере того как ты растешь, те, кто находятся на другом уровне, будут пытаться затащить тебя туда, где находятся они сами. Пусть они думают, что ты не прав. Ты-то знаешь, что прав! Не спорь с ними. Это бесполезно.

Вопрошающий: Я считаю, что из-за того, что я так чувствую, люди пытаются заставить меня считать себя эгоистом. Я не знаю, правда ли это. Вот почему я хотел бы это обсудить.

Лестер: Это так. Если ты думаешь не так, как они, они называют тебя эгоистом. Просто проверь это. Именно так и происходит, именно так они и думают. Когда ты не думаешь так, как думают они, они считают тебя эгоистом. Нет, тут дело не в том, насколько ты распознаешь проблему, показывающую бескорыстие. Дело в том, насколько ты видишь, что проблемы нет и помогаешь другим увидеть это. Вот что раскрывает бескорыстие. Таким образом, ты предлагаешь помощь, и ты очень конструктивен и бескорыстен.

Вопрошающий: Просто делать все с желанием помочь. Это и есть любовь.

Лестер: Да, просто чувствуй любовь, тебе не обязательно что-то делать. Люби – и твои мысли будут позитивны. Мысль намного сильнее действия. Это и основа действия, и его результаты. Мысль – это инициатор действия, предшествующий действию и определяющий его. Реализованное Бытие, сидящее в одиночестве где-то в пещере, приносит миру больше пользы, чем организация действий. Оно помогает всем, его помощь подсознательно принимается всеми.

Теперь мы вернулись к тому, о чем говорили раньше: низшее состояние – это бездействие; срединное состояние – это действие; высшее состояние – это бездействие. Низшее состояние исходит из апатии и инертности. Оно разрушительно. Оно хочет все просто остановить, на самом деле – даже уничтожить. Высшее состояние позволяет всему быть таким, как есть, потому что все совершенно. Человек в таком состоянии умственно и с большой силой проецирует это всем и каждому. Среднее состояние – это состояние действия, которое перемещает тебя снизу вверх к высшему состоянию равновесия. Итак, когда ты поднимаешься, те, кто не продвинулся так далеко, как ты, будут пытаться стащить тебя вниз, туда, где находятся они сами.

Вопрошающий: Получается, что это своего рода испытательный полигон, тест, чтобы увидеть, насколько все это беспокоит человека.

Лестер: Да. Это проверяет твою убежденность. Если ты пойдешь за такими людьми, то чего стоит твоя убежденность? Если ты идешь за ними, то больше склонен доверять их образу жизни.

Вопрошающий: И это проще, я знаю.

Лестер: Нет, не проще. Попробуй сам. Если ты думаешь, что это проще, попробуй идти по их пути – и ты будешь страдать больше, будешь страдать так же, как они.

Вопрошающий: Иногда я думаю, что быть одним из толпы легче.

Лестер: Потребность эго в одобрении делает так, что это кажется более легким. Но ты обнаруживаешь, что дела обстоят иначе. Ты же был одним из толпы, не так ли? Ты был таким же, как они. Это непросто. Нет, правильный путь проще. Разве ты этого не видишь? Правильный путь состоит в том, чтобы отпустить все и позволить действовать Богу. А затем все выстраивается идеальным образом и без усилий. Но когда я должен что-то делать, то это не Бог, это я, эго, желающее действовать, что-то изменять, исправлять этот мир и так далее.

Вопрошающий: Будет ли мантра (или что-то подобное) полезна как напоминание, когда возникают такие ситуации?

Лестер: Аффирмации всегда хороши. Мантра – это аффирмация, повторяющаяся снова и снова. Делай все, что поможет тебе делать то, что ты считаешь нужным, и быть тем, кем, как ты считаешь, ты должен быть.

Вопрошающий: Это то, чего я не знаю.

Лестер: Искать, кто ты и что ты, знать свое истинное Я – это самое лучшее, что можно делать и чем можно быть. Бывают такие моменты, когда ты все отпускаешь и чувствуешь себя своим истинным Я. Как это ощущается?

Вопрошающий: Чудесно! Мог ли бы я иметь это ощущение постоянно?

Лестер: Да, конечно, оставайся таким же, вот и все. Будь тем, что ты есть! Ты – бесконечный, всезнающий и всемогущий, прямо здесь и сейчас. Будь Тем! Перестань быть ограниченным, несчастным, маленьким эго.

Вопрошающий: Пожалуй, у меня та же проблема, что и у него: я думал, что становлюсь равнодушным.

Лестер: Да, ты становишься равнодушным к негативному. И что в этом плохого? Что такое политика? Это механизм насилия и контроля. Нужна ли политика в обществе, где все любят всех? Если ты хочешь помочь миру, то помоги себе расти, и этим ты сделаешь гораздо больше, чем мог бы сделать, занимаясь политикой. Чем больше ты способен любить, тем большую помощь ты оказываешь миру. Парламенты не могут исправить мир, а достаточное количество способных к любви людей – может. Президент Соединенных Штатов обязательно должен представлять общую сумму сознания, общую сумму мышления всех граждан Соединенных Штатов. Принцип Божественного закона заменяется законом, созданным человеком. Сознание и мышление определяют все. Внешний мир – это лишь наше коллективное сознание. Если нам не нравится то, что происходит с нами в этом мире, то все, что нам нужно сделать, – это изменить свое сознание, и внешний мир изменится для нас!

Вопрошающий: Но разве такого рода вещи не требуют каждый раз большого мужества? Иногда у меня не хватает духа делать то, что я хочу.

Лестер: Хорошо, почему у тебя не хватает духа?

Вопрошающий: Я не знаю.

Лестер: Эго. Ты хочешь одобрения с их стороны. Ты хочешь их одобрения. Ты хочешь идти по тому пути, которого они от тебя требуют.

Вопрошающий: Дело не в том, что я хочу их одобрения; я не хочу их не-одобрения.

Лестер: А разве это не одно и то же?

Вопрошающий: Я помню, что вы сказали в прошлый раз: когда проблема решена, она больше не возникает. И это правда. Но тогда появляются новые. Когда ты решил что-то в своем уме и знаешь, что сделал очередной шаг вверх по лестнице, эта проблема не появляется вновь. И это очень помогает. Но и после этого всегда есть новые проблемы.

Лестер: В этом мире проблемам нет конца. Ты идешь вперед и по мере того, как ты решаешь проблемы, у тебя появляется все больше и больше новых. До тех пор, пока ты осознаешь проблемы, они существуют. Только когда ты находишь реального Себя, проблемы исчезают!

Вот что мы делаем. Мы суем руку в огонь и говорим: «Ой, горячо, моя рука горит. Боже, у меня проблема». Вот и все. Когда ты видишь, что делаешь это, то останавливаешься. Если у тебя есть проблема, ты суешь в нее руку и кричишь: «Больно!» При этом ты ведешь себя так, будто не засовывал руку в проблему. Ты ведешь себя так, будто ты этого не делаешь. Но ты делаешь это. Проблема в твоём сознании. Она в твоих мыслях. Измени свой ум, измени свое сознание – и тут же окажется, что проблемы больше нет. Попробуй – и ты увидишь, что это так.

Вопрошающий: В прошлом году, когда мы были все вместе, мы были на более высоком уровне и у нас было меньше проблем.

Лестер: Это и есть главная причина, по которой нужно заниматься в группе. Тебе напоминают о направлении движения. Ты находишься с людьми, стремящимися двигаться в том же направлении, что и ты. И вы вместе идете в направлении, противоположном тому, в котором движется мир. Так что находишься в правильном обществе как можно больше. А когда ты один, перестань быть тем, кем не являешься. Перестань быть ограниченными телом и умом, просто будь тем, кто ты есть: бесконечным, абсолютно свободным, великим и восхитительным Бытием, целостным и завершенным.

Как увидеть эго? Каждый раз, когда происходит реагирование на кого-то или на что-то, – эта реакция мотивирована эго. Чтобы увидеть мотивацию эго, посмотри внутрь. И когда ты ее увидишь, отпусти. Всякий раз, когда мотивация эго бывает замечена, эго ослабляется. Видеть мотивацию эго означает чувствовать ее, а не только понимать интеллектуально. Чем большую боль причиняет реагирование, тем больше мы вовлекаемся в хитрое эго.

Эта беседа была записана в Нью-Йорке 14 сентября 1964 г.

Беседа 3

Духовный рост

Рекомендовано приведенные ниже афоризмы прорабатывать по одному за раз. Прежде чем переходить к следующему, старайся понять прочитанный афоризм.

* * *

Твоя цель на пути – это отпустить эго. То, что остается, – это твое истинное Я.

* * *

Рост возможен только вследствие устранения эго.

* * *

Эго базируется на чувстве: «Я – индивидуум, отдельный от Всего». В высшей степени – это нарциссизм.

* * *

Рост означает превосхождение самого себя, своего привычного «я», которое есть не что иное, как эго.

* * *

Рост – это эго, выбирающееся из своих страданий.

* * *

Пойми, что всякая радость – это в той или иной степени не что иное, как твое истинное Я.

* * *

Нет никакого счастья, кроме счастья переживания своего истинного Я. Когда ты видишь это, твой путь становится очень прямым. Ты перестаешь гоняться за радугой и идешь за счастьем туда, где, как ты знаешь, оно есть: прямо внутри тебя.

* * *

Ты есть все, что ты ищешь. Очень глупо говорить, что ты этим не являешься. Такова часть загадки: все, что каждый с таким напряжением ищет, он имеет, причем намного больше.

* * *

«То» – это ты, когда произносишь: «Я», оно бесконечно. Это нечто величайшее! Вот бесконечный Ты, ищущий свое истинное Я, которым являешься!

* * *

Когда кто-то говорит, что он не мастер, он лжет.

* * *

Усилие должно быть направлено на правильное отождествление. Отождестви себя со своим истинным Я!

* * *

Духовное продвижение определяется тем, насколько ты отождествляешь себя со своим подлинным Я.

* * *

Эго очень хитрое. Оно часто уводит нас с этого пути. Иногда на короткое время, иногда надолго. Но если мы уже стали на этот путь, то обычно всегда к нему возвращаемся. Так что нужно быть осторожным с нашей хитрой эго-частью. Она на самом деле может увести нас в сторону. Независимо от того, как далеко мы продвинулись на этом пути, эго всегда остается коварным спутником, который может сбить нас с пути. Порою даже на всю жизнь.

* * *

Это то, чего мы должны остерегаться. Эго-чувство цепляется за жизнь изо всех сил и заявляет: «Я – Бог». Оно останавливает наше развитие, при этом прекрасно себя чувствует, говоря: «Я есть То». Таким образом оно саботирует дальнейший рост.

* * *

Когда ты узнаешь противоположность эго, то сможешь его отпустить. Попрактиковавшись некоторое время, это несложно делать, и после того как ты отпустишь достаточно эго, ты легко и естественно чувствуешь покой и радость твоего истинного Я.

* * *

На самом деле это путь все большего и большего принятия твоего естественного состояния бесконечности.

Ты отпускаешь все ограничения. Ты отпускаешь страдания. Но ты никогда не отказываешься от чего-то стоящего. Ты никогда не отказываешься ни от чего хорошего.

* * *

На этом пути ты постоянно отпускаешь неприятности. Стрдание – это главный учитель. Обычно это первое, что заставляет нас искать выход.

* * *

Сначала мы становимся на этот путь, чтобы избежать страданий. Потом мы пробуем вкус истинного Я и начинаем желать Его, ибо вкус Его так сладок.

* * *

На этом пути ты никогда ничего не бросаешь, ты просто набираешь все больше и больше того, что ты действительно хочешь. И так до тех пор, пока ты не будешь владеть Всем.

* * *

Обрети это из-за сладости, которая есть в Нем, а не для того, чтобы избавиться от горечи, которая есть вне Его.

* * *

Мы обнаруживаем, что на духовном пути никогда ничего не отбрасываем, кроме наших добровольных оков и страданий.

* * *

Если ты слабо держишься за путь, значит ты сильно держишься за мир чувств.

* * *

Ты не можешь, потому что думаешь, что не можешь.

* * *

Только мысль «я не могу этого сделать» не дает тебе делать это.

* * *

Те, кто не могут, на самом деле не хотят.

* * *

Твой рост зависит только от тебя.

* * *

Это произойдет настолько быстро, насколько быстро ты сам сможешь это сделать.

* * *

Единственный, кто может изменить тебя, – это ты сам!

* * *

Попытки и одно лишь желание не сделают этого. Тебе придется сделать это самому!

* * *

Благие намерения не могут заменить правильных действий.

* * *

Чтобы измениться быстрее, ожидай этого!

* * *

У тебя должно быть огромное желание измениться, потому что из-за силы привычки ты жаждешь мира так же, как тонущий человек воздуха. Чтобы компенсировать это, тебе нужно стремиться познать свое истинное Я так же сильно, как тонущий человек хочет воздуха.

* * *

Твой успех определяется твоим желанием. Если ты разочаровался, значит, ты был не слишком заинтересован.

* * *

Твой единственный настоящий друг – это ты. Твой единственный настоящий враг – это ты. Ты враг себе в той степени, в которой ограничиваешь свое истинное Я. Ты друг себе в той степени, в которой снимаешь с себя ограничения.

* * *

То, что ты с собой делаешь, – это только твои собственные действия, только ты можешь отменить их. Ты это сделал, и ты же должен это отменить.

* * *

Весь путь – это путь «сделай-это-сам».

* * *

Делай то, что тебе доступно. Делай все, что можешь.

* * *

Каждое переживание должно благословлять тебя, а не причинять боль. Если ты придерживаешься этого принципа, то пойдешь выше!

* * *

Каждое место и каждая жизненная ситуация предоставляют возможность для роста.

* * *

Лучшее место для роста – именно там, где ты находишься. Лучшее время – прямо сейчас.

* * *

Будь благодарен за возможность расти.

* * *

Самые большие испытания происходят дома, с твоими ближайшими родственниками. Поэтому дом – это отличное место для роста.

* * *

Большого духовного роста можно достичь, практикуя настоящую бескорыстную любовь к своему супругу и семье.

* * *

Когда люди говорят что-то, направленное против тебя, это хорошая возможность расти. Это дает возможность практиковать настоящую любовь. Это дает возможность практиковать настоящий покой. То, что из их ртов доносятся звуки, вовсе не причина для того, чтобы это причиняло тебе беспокойство. Противостояние – это совсем неплохо. Оно вызывает рост и укрепляет его.

* * *

Надо помнить, что нашим учителем может быть каждый. Если мы реагируем на похвалы или комплименты, то это развивает эго. Если нас приводит в уныние критика, то это тоже эго. Когда мы являемся нашим истинным Я, мы не реагируем.

* * *

Не происходит ничего, что нельзя было бы использовать. Нет такого происшествия, которое нельзя было бы использовать в качестве учителя.

* * *

Каждую минуту любого дня нужно использовать, чтобы расти.

* * *

Если мы предположим, что уже свободны, но на самом деле это не так, то обстоятельства скоро докажут это.

* * *

Если ты рассказываешь другим о своих высоких переживаниях, о своих достижениях, то они завидуют и говорят: «Ого, кем она себя возомнила?» Это работает против тебя и может тянуть вниз.

* * *

Каждый раз, когда ты чем-то хвастаешь, тебе устраивают проверку того, чем ты хвастаешь. Поэтому я предупреждаю: если ты серьезно занимаешься этими вещами, когда станет происходить нечто чудесное, лучше никому об этом не рассказывать. И так до тех пор, пока из собственного опыта ты не будешь знать, что уже не сможешь потерять то, что обрел.

* * *

Гордись своими духовными достижениями. Будь счастлив ими. Гордись ими перед самим собой.

* * *

Когда у тебя есть ложная духовная гордость, ты бросаешь вызов тому, чем гордишься.

* * *

Надо покончить с сомнениями.

* * *

Это требует больше, чем просто веры. Это требует знаний. Ты начинаешь с веры, но ее следует обратить в знание. Тебе нужно испытать это на себе и тогда ты его будешь знать по-настоящему.

* * *

Чтобы по-настоящему понять, мы должны пережить знание.

* * *

Когда ты это переживешь, оно больше не является интеллектуальным.

* * *

Ты можешь получить понимание, не будучи при этом способным выразить его словами.

* * *

Единственная существующая зрелость – это духовное понимание.

* * *

Держись в стороне, будь другим и не позволяй остальным обманом завлечь тебя туда, где ты был. Это непросто и требует силы духа.

* * *

Мы должны попытаться пройти весь путь. Нам дано сделать это. У нас есть возможность пройти весь путь назад, к Дому, прямо к Абсолюту.

* * *

Рассчитывай на бесконечность и не более того. Ты не можешь ожидать слишком многого.

* * *

На всем пути строго следуй ему. Чем больше ты придерживаешься выбранной линии, тем скорее завершение.

* * *

Каждый выигрыш – это вечный выигрыш. Каждый сделанный тобою сейчас шаг вперед – это навсегда.

* * *

Мы поднимаемся по лестнице и каждый раз, вставая на следующую ступень, мы забываем обо всех ступенях, находящихся ниже. А потом, добравшись до вершины, мы пинаем лестницу, отбрасывая ее прочь.

* * *

Доказательством является полученный тобой результат.

* * *

Чем больше ты растешь, тем меньше чувствуешь необходимость двигаться дальше.

* * *

Чем выше ты идешь, тем меньше стимул идти дальше.

* * *

Опровергая, ты никогда ничему не научишься; ты учишься только доказывая.

* * *

Изучение иллюзии помогает сделать ее реальностью. Если ты хочешь познать Истину, не изучай обратного.

* * *

Весь процесс роста – это отпускание мыслей. Когда наши мысли полностью устранены, ничего не остается, кроме истинного Я.

* * *

Не пытайся это усложнить; это совсем просто.

* * *

Мы можем расширяться только из эго. Истинное Я просто есть.

* * *

Рост – это отпускание того, чем ты не являешься.

* * *

Отпусти свое эго и стань своим истинным Я!

* * *

По мере того как ты растешь, для тебя открывается весь мир, твой опыт становится намного шире. Тем не менее даже если у тебя есть весь этот мир, ты обладаешь лишь крупинкой. Возьми всю Вселенную!

* * *

Ключ – это страстное стремление к освобождению. Когда ты его получишь, тебя все время будет влечь вперед.

* * *

В нашем желании достичь освобождения или реализации нам оказывают помощь в той же степени, в какой мы помогаем всем остальным.

* * *

Вырасти до уровня, на котором твое внимание полностью отвлечено от твоей персоны и направлено на других.

* * *

Почему мы не должны быть мастерами, все мы, прямо здесь и сейчас?

* * *

В тот момент, когда мы решаем быть истинным Я, по-настоящему решаем, – это реализуется!

* * *

Чем выше ты идешь, тем больше в тебе принятия. Ты одинаково принимаешь глав всех религий.

* * *

Пребывание в покое при наличии идеальных условий не свидетельствует о духовном росте, это избегание.

* * *

Когда люди не растут, они движутся в противоположном направлении.

* * *

Ты должен благодарить тех, кто выступает против тебя, потому что они дают тебе замечательную возможность для роста.

* * *

Когда мы начинаем переживать по поводу того, что делают другие, то отворачиваемся от того, что делаем сами.

* * *

Тебе нужно постоянное подтверждение до тех пор, пока ты не перестанешь в нем нуждаться.

* * *

Необходима настойчивость.

* * *

Превратности судьбы – это стимул для роста.

* * *

Чем сильнее кризисы в этом мире, тем большую возможность для роста мы имеем.

* * *

Это было бы довольно быстро, если бы ты с постоянным и интенсивным усилием вопрошал: «Кто я?»

* * *

Когда ты получаешь ответ на вопрос «Кто я?», то обретаешь контроль над своим телом и умом.

* * *

Если есть нечто, что тебе не нравится, значит, нужно изменять себя.

* * *

Ты можешь полностью увидеть, кто ты есть, но не смочь поддерживать это состояние. Происходит следующее: будучи бесконечным истинным Я, мы можем получить проблеск бес-

конечности, удерживать это состояние некоторое время, а потом вдруг почувствовать, будто мы его потеряли. Причина в том, что не был устранен эго-ум. Подсознательные мысли об ограниченности на какое-то время погрузились вглубь, что позволило выйти на поверхность твоему истинному Я. Твой ум был временно отпущен. Ты не устранил ум полностью, ты просто на мгновение отпустил его. И вот, пожалуйста: в этот момент ты – бесконечное истинное Я. Однако ум, который спрятался, возвращается. Тогда эго берет верх, и ты просто не можешь понять, что с тобой случилось, что вернуло тебя обратно в тяжесть этого мира. В этом случае требуется снова и снова восстанавливать состояние истинного Я до тех пор, пока оно не станет постоянным. Каждый раз, делая это, мы сжигаем все больше и больше эго-ума, пока наконец не сожжем его весь. И тогда мы навсегда устанавливаемся в истинном Я. Ты находишься как бы позади, а ум остается снаружи, тело остается снаружи. Но ты не ум и не тело. До тех пор, пока ты знаешь, что ты не ум и не тело, они могут делать что угодно, но все это никак не затрагивает тебя.

Беседа 4

Счастье

Я начну с того, что всех нас интересует, хорошо? Слово, которое мне больше всего нравится в нашем разговоре, – это «счастье». Если мы проанализируем, что каждый человек ищет и к чему стремится, то окажется, что это счастье. Не так ли? И когда ты находишь Бога, твое истинное Я, это оказывается окончательным счастьем. Опять же, когда мы ищем и находим полную истину, абсолютную Истину, она оказывается окончательным счастьем. Мы все ищем для себя наибольшее благо. Наивысшее благо оказывается окончательным счастьем. Каждое существо ищет свободу, а полная свобода или освобождение есть не что иное, как окончательное счастье.

Итак, в конце концов, то, что называется словами «Бог, добро, истина, освобождение, свобода, подлинное Я», оказывается окончательным счастьем. Каждый ищет это – Добро, Счастье, Освобождение, Истину, Бога, подлинное Я. Нет никого, кто не искал бы это. Единственная разница между нами и другими заключается в том, что мы ищем сознательно и в правильном направлении – там, где оно есть. Другие ищут его вслепую, пытаясь найти счастье в мире. Они никогда по-настоящему не получают полного счастья, к которому так стремятся. Мы же идем к нему прямоиком. Мы ищем его там, где оно есть. Мы ищем его внутри.

Каждый хочет непрерывного, постоянного, вечного счастья без печали, и никто никогда не бывает удовлетворен до тех пор, пока не найдет его. Каждый ищет то же, что ищем мы все. Главное отличие заключается в том, что они ищут его в мире и бывают разочарованы, мы же ищем его внутри и успешно становимся счастливее.

Когда мы идем внутрь, то обнаруживаем, что все счастье находится там. Единственное место, где мы можем чувствовать счастье, находится прямо в нас самих. Именно там оно и есть. Каждый раз мы приписываем это счастье чему-то, находящемуся снаружи: человеку или какой-то вещи. Но мы получаем от этого больше боли, чем удовольствия. Кто-нибудь не согласен со мной? Ты можешь обнаружить это, прожив долгую жизнь, имея достаточно опыта, достаточно изучив данный вопрос. Счастье, которое мы ищем и которое считаем находящимся вне нас, находится не там. «Счастье без печали» можно найти только путем погружения вовнутрь. Это первое.

Теперь второе: это великое Счастье, которое мы ищем, есть не что иное, как наше собственное истинное Я, наше собственное Бытие. Это наша фундаментальная, присущая нам природа, здесь и сейчас. Мы являемся тем счастьем, к которому стремимся. Мы ищем его снаружи и не находим его там. Заглядывая внутрь, мы обнаруживаем, что оно является нашим собственным истинным Я, не обремененным ограничениями, которые мы сами добровольно наложили на себя.

Мы все, без исключения, имеем прямой контакт с ним, мы все обладаем им, нашим бесконечным Бытием, которое совершенно, всеприсуще, радостно и вечно. Нет никого из нас, кто не имел бы с Ним непосредственного контакта прямо сейчас! Но из-за неправильного обучения, из-за принятых в течение веков концепций и ограничений, из-за того, что наше внимание обращено вовне, мы затуманили его образ. Мы закрыли это бесконечное Бытие, которым являемся, концепциями «я есть это физическое тело», «я есть этот ум», «у меня огромные кучи проблем и неприятностей с этим физическим телом и умом».

Итак, по порядку: чтобы открыть эту Истину, это безграничное Бытие, которым мы являемся, мы должны успокоить ум и в конце концов отпустить его. Только так мы можем этого достичь.

Ум – это не что иное, как совокупность всех мыслей. Все мысли – это ограничивающие концепции. Если бы кто-нибудь из нас мог прямо сейчас перестать думать и оставался бы в этом состоянии, то с этого момента он был бы неограниченным Бытием. Это действительно так просто, хотя и не обязательно легко достигается.

Сначала нам следует отменить негативное мышление, стать достаточно позитивными, чтобы мы могли идти в правильном направлении. Затем нужно отбросить все мысли, устранить все негативное и все позитивное мышление. Когда это происходит, мы обнаруживаем, что находимся в царстве всеведения. Нам нет нужды думать, поскольку все известно, и мы пребываем в радости, мы абсолютно свободны. Если знаешь все, то не о чем думать!

Мышление – это просто установление связи одних вещей с другими. Зная все, мы знаем Единство, целостность, и тогда нет необходимости устанавливать связь между вещами с помощью мысли.

Таким образом, мы свободны от всех концепций разделения и ограничения. Это дает нам возможность свободно использовать ум, если мы хотим общаться с кажущимся миром.

Процесс погружения внутрь состоит в том, чтобы смотреть в себя и познать, что такое ум, открыть, что это не что иное, как мысли, а мысли – это всего лишь многочисленные ограничивающие концепции. Отпуская эти мысли, мы успокаиваем ум до тех пор, пока он не затихнет настолько, что мы обнаружим бесконечное Бытие, которым являемся. При этом туман и облака, покрывающие это бескрайнее Бытие, развеиваются, и мы остаемся совершенно свободными.

Когда мы в первый раз видим бесконечное Бытие, которым являемся, работа еще не закончена; у нас все еще остается привычка к думанию, с которой нужно покончить. И когда больше не остается ни сознательных, ни подсознательных мыслей (подсознательные мысли тоже трудно отпустить), когда больше нет мыслей, это уже конец, игра окончена. Тогда мы совершенно свободны. Навсегда!

На самом деле у нас нет выбора, мы – это бесконечное Бытие. Если есть выбор, он может состоять только в том, чтобы выбрать быть ограниченными! Мы решаем быть ограниченными до такой степени, что сейчас слепо ведем себя так, будто мы чрезвычайно ограниченные существа. Из-за этого возникают все кажущиеся проблемы.

Неприятности – это лишь видимость, которую создает наш ум, принимая эти неприятности за реальные. Все, что мы видим в мире, мы видим только в своем уме. Нет ничего, кроме нашего сознания; ничто не может быть видимо иначе как через наше сознание. Все, что мы видим, находится в нашем сознании, в нашем уме. Начиная это осознавать, ты работаешь над изменением своего сознания, меняя тем самым то, что тебя окружает.

Изменение того, что тебя окружает, – это шаг на пути. Когда это происходит, ты получаешь доказательства. Ничто не должно быть принято на веру. Никогда не верь ничему из того, что слышишь. Если ты принимаешь то, что я говорю, просто слушая это, то это только разговоры. Ты сам должен доказать все для себя. И только после этого ты обретаешь знание, которым можешь пользоваться. Для прогресса на пути к мудрости и счастью абсолютно необходимо, чтобы каждый доказал это для себя.

Как было сказано выше, Истина никоим образом не может быть найдена в мире. Мир, который мы сейчас видим, сложен и двойственен. Когда мы выходим за его пределы, то открываем абсолютную Истину, состоящую в том, что во всем мире и вселенной есть только Единство, и Оно оказывается нашим собственным подлинным Я, нашим собственным Бытием, которое некоторые называют Богом.

Мир существует, но он не таков, каким его видят люди. В действительности мир – это лишь наше собственное истинное Я. «Я», которое мы используем, говоря: «Я есть», – это то же самое «я», которое ложно кажется отдельным и разделенным. Переживая Истину, мы видим,

что ты – это Я, что есть только одно Бытие, есть только одно Сознание, и что мы являемся общей суммой всего Бытия, или Сознания, которое раньше казалось отдельным.

Итак, еще раз. Чтобы найти Истину, или Счастье, ты должен идти внутрь, ты должен переживать Единство, ты должен видеть вселенную такой, какая она есть на самом деле, – как твое Сознание, которое есть не что иное, как твое истинное Я. Это трудно описать, оно должно быть пережито. Только прямое переживание позволяет это понять. Его нельзя приобрести, слушая кого-либо. Книги и учителя могут указывать только направление, которое нам следует принять. Здесь нечему верить, все должно быть пережито и доказано каждым. Прежде чем это будет принято, тебе следует быть полностью удовлетворенным.

Подводя итог, я приведу две цитаты из Библии: «Я есть то, что Я есть» и «Будь спокоен и знай, что Я есть Бог». Или, другими словами: Ты есть То, что ищешь. Успокаивай свой ум, пока не увидишь То. Понятно? Теперь мы можем перейти к вопросам.

Вопрошающий: Я не вижу Единства. Эти люди, все мы, находящиеся в комнате, каждый из нас обладает формой. И я ее вижу.

Лестер: Ты видишь неправильно. То, как ты видишь, неправильно. Когда ты смотришь на меня, ты должен видеть Истину, ты должен увидеть твое подлинное Я. Прилагай усилия до того дня, когда ты постигнешь эту Истину.

Вопрошающий: После того как мы накапливаем определенное количество внутреннего переживания и начинаем верить, все еще приходится принимать важное решение: что делать с собой, когда настает этот момент? И тогда нужно решить, что делать с остальной частью своей жизни.

Лестер: Да. Ты должен решить, где ты будешь продолжать поиски благоденствия: в мире или внутри себя.

Вопрошающий: После некоторого переживания нас будет постоянно возвращать к определенному контакту с внешним миром, до тех пор, пока...

Лестер: До тех пор, пока ты не сделаешь внешний мир Собой. Но не привязывайся к миру, и он не сможет тебя беспокоить. Тогда ты сможешь продолжать жить в спокойствии.

Вопрошающий: Я думаю, что для того, чтобы сделать внешний мир Собой, я должен очистить себя.

Лестер: Да. Практика служения миру очистит тебя.

Вопрошающий: Мне следовало бы пойти в мир и пожертвовать тем, что остается от меня, в каком-то служении.

Лестер: Единственное, чем ты жертвуешь, идя по этому пути, – это твое страдание. Служение даст тебе счастье в той мере, в которой в этом служении находится твое сердце. Чем с большим желанием ты служишь миру, тем больше ты обнаруживаешь, что связан со всем и с каждым. Нет никакой изоляции. Нашим направлением движения должно быть служение и превращение во Все. Ты ничего не отсекаешь и не позволяешь другим быть отдельными от тебя, ты становишься ими через практику служения им.

Вопрошающий: Единственная причина, по которой я бы приложил усилия в этом направлении, состоит в том, что я мог бы лучше помогать другим людям.

Лестер: Хорошо, но ты не можешь помочь другим людям больше, чем можешь помочь себе. Итак, лучший способ помочь другим – это помочь себе. Это происходит автоматически: ты можешь помогать другим в той мере, в которой поможешь себе. Делай и то и другое.

Вопрошающий: Получается, помогая другим, помогаешь себе? Разве это не два способа действия?

Лестер: Да. Однако имеет значение мотив. Если я помогаю тебе из эгоистичных соображений, то это не поможет ни мне, ни тебе. Если я помогу тебе только с целью помочь тебе, то я расту. Но в мире есть много людей, которые оказывают помощь для прославления своего собственного эго, и это не помогает ни им, ни тебе. Дело в том, что они помогают тебе из эго, то есть они помогают твоему эго утвердиться.

Вопрошающий: Эго – очень тонкая штука, от которой очень трудно избавиться.

Лестер: Правильно. Когда больше нет эго, единственное, что остается, – это бесконечное Бытие, которым ты являешься. Эго – это чувство отделенности от Всего. Я индивидуум, Лестер, и я отделен от Всего, и все вы, люди, не такие, как я. Это чувство эго, отделенности. Когда я – не Все, мне чего-то не хватает, и тогда я пытаюсь вернуть это. Я думаю, что мне нужны недостающие части Всего, и начинаю пытаться их получить. Таким образом, я принимаю то, что не обладаю Всем и что я ограничен. Это запускает нисходящую спираль, и так продолжается, пока мы не попадаем туда, где находимся. Тем не менее сейчас мы все на пути вверх. И большая проблема состоит в том, чтобы избавиться от нашего эго, чувства, что я человек, отдельный от всего. Мы можем сделать это, рассмотрев наши мотивы. Если наша мотивация эгоистична, мы меняем ее, делаем ее альтруистической, мы действуем для других, а не для себя. И таким образом мы растем.

Вопрошающий: Является ли рост постоянным осознанием?

Лестер: Да. Ты должен сначала захотеть. Когда ты хочешь, ты начинаешь осознавать свое мышление. Затем ты осознаешь свое безмыслие, которое проявляется как периоды покоя и благополучия.

Вопрошающий: Например, пытаюсь выяснить, почему человек что-то чувствует или почему он болен, подобно тому, как я болею последние два года. Это потрясающе, Лестер. Даже этим утром, когда я общался с сестрой по телефону, после разговора с ней я продолжал думать: «Почему? Почему? Почему?». И я старался быть спокойным, спокойным, насколько мог. И вдруг понимание того, почему я был таким негативным, пришло ко мне с потрясающей ясностью. Я очень напряженно думал о вас. И я подумал: «Возможно, это то, что Лестер имеет в виду». Это открытие: почему, и когда ты видишь это, то сразу же превращаешь во что-то положительное, и тебе становится легче.

Лестер: Хорошо, очень хорошо. Так держать, пока этого больше не останется.

Вопрошающий: Вы всегда говорили: сделать подсознательную мысль сознательной, а затем отпустить ее.

Лестер: Да. Вытащить подсознательную мысль на поверхность сознания, и когда она там, ты видишь ее негативность и естественным образом отпускаешь. Но до тех пор, пока эта мысль остается подсознательной, ты не видишь ее и не можешь ничего с ней поделать. Не так ли?

Вопрошающий: Не могу. И когда мы начинаем это, поднимается нечто невероятное. Ничего себе! Динозавры! Это непросто.

Лестер: Эго-части тебя не нравится происходящее, и ты стремишься бороться с этим.

Вопрошающий: Много раз все идет нормально, а затем что-то происходит в личных отношениях или где-то еще, и вдруг ты чувствуешь серьезную боль. И тогда ты понимаешь, что каждый раз, когда чувствуешь боль, ты показываешь свою собственную ограниченность, ты отступаешь, смотришь на все это и освобождаешь себя от всей этой ситуации.

Лестер: Да, любая ситуация может быть использована для роста, если ты наблюдаешь за тем, что происходит, за тем, как ты справляешься с ней. Делай это все время, то тех пор, пока больше не будет необходимости отпустить, до тех пор, пока не исчезнет эго.

Вопрошающий: Возьмем, к примеру, творчество. Эго тоже вовлечено в него. Это очень тонкий момент. Чем больше человек видит духовно, тем более он способен писать картины, создавать музыку или нечто подобное. Это момент, который всегда меня беспокоил: причастность эго к творчеству. Меня беспокоит, как можно направить творчество в определенное русло, коммерциализировать его, продать что-нибудь?

Лестер: Ответ прост: коммерциализируй свое творчество, но не будь привязан к нему.

Вопрошающий: Это трудно, ведь эго говорит: «Я – творец».

Лестер: Что бы ты ни делал, не привязывайся к этому. Отпусти чувство «Я – творец». Позволь творчеству течь через тебя.

Вопрошающий: Я думаю, что почти в любом творческом акте должна быть духовная часть, стержнем которой обычно является чистая мотивация. Но она почти всегда смешана с эго.

Лестер: Позволь мне кое-что пояснить. Все, что ты делаешь, – творческое, невозможно сделать что-то не-творческое. Это связано с тем, что ум всегда творческий, но когда мы создаем то, что нам не нравится, мы называем это не-творческим и разрушительным. Когда мы создаем то, что нам нравится, мы называем это творческим и конструктивным. Но создает только ум. Каждый является создателем. Что мы удерживаем в уме, то мы и создаем.

Вопрошающий: То есть все наше эго – это наше собственное творение?

Лестер: Верно. Лучше создавать что-то конструктивное – красоту, здоровье, достаток, так как это не требует от нас такого большого внимания, которое нужно больному телу или пустому кошельку. Следовательно, мы имеем больше времени и возможностей, чтобы обратить свое внимание в сторону Истины и раскрыть наше подлинное Я.

Вопрошающий: Иногда я думаю, что слишком много размышляю об эго. И затем оно растет, и хочется бороться с ним еще больше и придавать ему больше значения.

Лестер: Да. Но оно прекрасно выросло прямо сейчас, в подсознательной части твоего ума, гораздо больше, чем ты можешь это видеть. Ум – это не что иное, как совокупность всех мыслей. Подсознательная часть ума содержит все мысли, которые мы не «просматриваем» в данный момент. Но это сотни тысяч мыслей, и они активны. Подсознательно ты управляешь своим телом, каждой его клеткой. Ты работаешь химическим заводом, кровеносной системой, системой охлаждения и отопления.

Все эти мысли действуют, и они активно управляют твоим телом. Также есть тысячи мыслей о желательном и нежелательном, о том, что тебе нравится, и о том, что не нравится. Но даже если эти мысли подсознательны, они активны. Независимо от того, смотрим мы на них или нет, они все равно активны, и они поддерживаются и мотивируются нашим эго. Нам трудно сделать эти эго-мотивированные мысли сознательными, чтобы мы могли отпустить их. Тем не менее рано или поздно мы доберемся до того места, где у нас не будет эго-ума. Когда мы видим, что «я не есть этот ум, я не есть это тело, я не есть это эго», тогда мы видим правильно. И когда мы видим правильно, что мы не являемся умом или телом, тогда становится возможным отбросить это эго-ум-тело раз и навсегда.

Вопрошающий: Потому что человек вновь стал тем, кто он есть?

Лестер: Не вновь стал, а заново вспомнил, заново открыл, заново признал то, чем он всегда был.

Вопрошающий: Значит, эгоизм отпадает, как корка с раны.

Лестер: Точно, уходит навсегда. Именно этого в конце концов мы добиваемся. Сначала мы работаем над тем, чтобы отбросить эго. Мы делаем это до тех пор, пока не получим достаточное количество свободного внимания на то, чтобы мы могли искать, кем являемся. Затем, когда мы видим, кто и что мы есть, мы говорим: «Это смешно», и больше не отождествляемся с эго-умом-телом. Затем мы наблюдаем, как тело идет по жизни – так же, как мы сейчас наблюдаем за любым другим телом. Ты наблюдаешь свое тело и знаешь, что тело – это не ты. На самом деле ты выше этого тела, ты не ограничен и не связан им. Ты знаешь, что вечен, целостен, совершенен и свободен. И ты позволяешь телу идти своим путем, как марионетке.

Вопрошающий: А потом ты используешь тело для чего хочешь, и если ты этого хочешь. А если нет, то шоу просто продолжается.

Лестер: Да. Ты позволяешь шоу продолжаться. Это написанное тобою шоу под названием «Игры тел лимитед». Однако ты свободен в выборе и можешь использовать тело для общения с другими людьми, чтобы помочь им расти.

Вопрошающий: Разве все, что мы видим, – кусок дерева, картофельные чипсы, – не является частью этой вечной Истины?

Лестер: Да, но ты должен видеть это только как Себя самого. Тогда ты видишь истину этого. Мир не исчезает, это наше восприятие его полностью меняется. Вместо мира, отличного от нас, мир становится Нами, или мы становимся им. Когда ты увидишь мир как Себя, он будет

выглядеть совершенно иначе, чем тогда, когда казался отдельным. Ты будешь любить его и отождествлять себя с ним и со всеми, кто в нем есть.

Когда ты в полной мере любишь кого-то, ты отождествляешь себя с ним и становишься одним с этим человеком. Когда ты становишься вселенной, ты любишь вселенную, или, если ты в полной мере любишь вселенную, то ты становишься вселенной. Любовь абсолютно необходима. Когда мы полны любви, то полностью отождествляемся с великим и славным бесконечным Бытием, которым являемся!

Беседа 5

Любовь

То, что большинство людей считает любовью, – это человеческая любовь. Но настоящая любовь – это божественная любовь, которая выражается в постоянном и неизменном принятии всех существ во вселенной целиком, полностью и без исключений, такими, какие они есть. Это любовь к ним за то, что они такие, какие они есть. Божественная любовь – это желание, чтобы другой был таким, каким он хочет быть, и позволение ему быть таким. Божественная любовь видит и принимает всех одинаково. Я думаю, что проверить, насколько божественна наша любовь, можно с помощью вопросов. Одинакова ли она для каждого, с кем мы встречаемся? Одинаково ли сильна наша любовь к тем, кто нам противостоит, и к тем, кто нас поддерживает?

Настоящая божественная любовь не обусловлена и равно относится ко всем. Величайший пример этого – Христос с его наставлениями: подставь другую щеку, люби врага своего и так далее. Если бы мы как нация практиковали это, то могли бы сделать каждого нашего врага совершенно бессильным, просто любя его. Он не мог бы причинить нам никакого вреда. Нам следовало бы поступать так, большинству людей нужно любить своих врагов.

Настоящая любовь – это не что-то, что мы можем включать и выключать. Либо она у нас есть, либо ее у нас нет. Имея настоящую любовь, невозможно любить одного человека и ненавидеть другого. Насколько мы ненавидим кого-то, настолько же мы не любим других. Наша любовь обратно пропорциональна нашей ненависти к какому-то человеку.

То, что обычно люди называют любовью, – это просто потребность. Если я говорю, что люблю этого человека, а не другого, то я чувствую, что мне нужен этот человек, и поэтому я буду с ним мил, чтобы получить то, что хочу. Но это не настоящая любовь.

Человеческая любовь эгоистична, божественная же любовь совершенно бескорыстна. Это самоотверженная любовь, которая дарит безграничную радость, выходящую за пределы всего, что мы только способны вообразить. Попробуй это, открой это для себя.

* * *

Настоящая любовь – это любовь, которую мы чувствуем к другим. Она определяется тем, насколько мы отдаем себя другим.

* * *

Тотальная любовь отождествляется с каждым другим существом.

* * *

Когда мы отождествляем себя со всеми, мы относимся ко всем, как к себе самому.

* * *

Любовь – это бальзам, эликсир, который успокаивает и лечит все и всех.

* * *

Когда ты любишь, то превозносишь других, чтобы они тоже могли любить.

* * *

Самое большее, что ты можешь дать, это твоя любовь. Это больше, чем дать что-то материальное.

* * *

Когда ты понимаешь людей, то замечаешь, что их поступки кажутся тебе правильными. Когда ты понимаешь, ты позволяешь и принимаешь. Если ты понимаешь, то любишь.

* * *

Когда мы любим, то не только счастливы, – вся наша жизнь находится в гармонии.

* * *

Счастье равно способности человека любить.

* * *

Если мы любим безраздельно, то совершенно счастливы.

* * *

Всегда есть либо любовь, либо ее отсутствие.

* * *

Когда кто-то не любит, он делает противоположное.

* * *

Высшая любовь – это когда ты становишься другим. Отождествление – это любовь в ее высшей форме.

* * *

Если ты любишь врага своего, то у тебя больше нет врагов!

* * *

Сила и влияние любви самоочевидны. Просто попробуй это!

* * *

Обратив взгляд из своего собственного центра, ты обнаружишь, что слова «любовь, принятие, отождествление, понимание, общение, Истина, Бог, подлинное Я» совершенно одинаковы.

* * *

Изначальным состоянием человека была любовь. Его проблемы – только из-за того, что он скрыл свое естественное состояние любви.

* * *

Люби и узнай, что самоотверженность превращается в величайшее благо для тебя.

* * *

Любовь безусильна, ненависть же требует больших усилий.

* * *

Применяй любовь – и каждая проблема будет решена.

* * *

Человеческая любовь – это нужда в другом. Божественная же любовь – это отдавание другому.

* * *

Любовь – это счастье. Если мы не счастливы, значит, мы не любим.

* * *

Концепция обладания прямо противоположна смыслу любви. Любовь освобождает, обладание порабощает.

* * *

Любовь – это чувство единства с другим. Когда твоя любовь полна, ты чувствуешь себя как другой человек. Тогда лечение другого человека – это то же самое, что лечение себя самого. Ты наслаждаешься, когда другой радуется.

* * *

Любовь – это огромная сила. Обнаруживается, что сила, стоящая за любовью, без всякого сомнения, намного больше, чем та, что кроется в водородной бомбе. Один человек, обладающий лишь любовью, может встать против всего мира, потому что эта любовь очень сильна. Эта любовь есть не что иное, как истинное Я. Эта любовь есть Бог.

* * *

Любовь даст не только всю силу Вселенной, она даст еще всю радость и все знания.

* * *

Лучший способ увеличить нашу способность любить – это понимание себя.

* * *

Я думаю, что каждый пережил замечательное чувство любви к одному человеку. Так что можно себе представить, каково это – любить три миллиарда человек. Это было бы в три миллиарда раз приятнее.

* * *

Любовь – это постоянное мироощущение, которое усиливается в нас, когда мы его развиваем. В первую очередь мы должны стараться практиковать любовь к нашей семье. Предоставить каждому члену семьи свое собственное бытие. Затем примени это к друзьям, к незнакомым людям и потом – к каждому.

* * *

Чем больше мы практикуем любовь, тем больше любим. А чем больше мы любим, тем больше мы можем практиковать любовь. Любовь порождает любовь!

* * *

Чем больше мы развиваем любовь, тем больше соприкасаемся с гармонией Вселенной, тем более восхитительной становится наша жизнь, тем более она красива, тем больше в ней всего. Так начинается цикл, в котором ты поднимаешься вверх по спирали.

* * *

Единственный способ получать любовь – это давать любовь, ибо то, что мы отдаем, должно вернуться.

* * *

Самое простое дело во Вселенной – это любить всех. Таким образом, как только мы узнаем, что такое любовь, любить становится проще всего. Требуется огромное усилие, чтобы не любить всех, и ты видишь, какие усилия затрачиваются на повседневную жизнь. Но когда мы любим, мы едины со всем. Мы находимся в покое, и все выстраивается идеальным образом.

* * *

В высшей духовной любви нет самопожертвования. Нам не нужно причинять себе боль, когда мы любим всех. И мы не причиняем себе боль.

* * *

С любовью возникает чувство взаимности. То, что взаимно, то правильно. Если ты любишь, придерживайся этого закона.

* * *

Любовь подавляется неправильным отношением. Любовь – это наша фундаментальная природа, и она натуральна. Вот почему это так просто. Все противоположное требует усилий. Мы отходим от нашего естественного подлинного Я, закрываем его, подавляем его концепциями, противоположными любви. А далее, из-за того, что мы не любим, к нам возвращается отсутствие любви.

* * *

Когда мы любим, то чувствуем величайшее. Настоящая любовь побеждает Вселенную не только для одного человека, но для каждого в этой Вселенной.

* * *

За концепциями не-любви всегда стоит бесконечная любовь, которой мы являемся. Ты не можешь увеличить ее. Все, что можно сделать, – это смыть концепции не-любви и ненависти так, чтобы это огромное любящее Бытие, которое и есть мы, более не было сокрыто.

* * *

Любовь – это абсолютно необходимая часть пути. Если мы рассчитываем когда-нибудь получить полную реализацию, мы должны увеличивать нашу любовь до тех пор, пока она не станет абсолютной.

* * *

Если ты действительно любишь, то никогда не почувствуешь расставания. Нет никакого расстояния, потому что любимый находится прямо в твоём сердце.

* * *

Только благодаря росту мы по-настоящему понимаем, что такое любовь.

* * *

Когда ты действительно любишь, то полностью понимаешь другого.

* * *

Любовь – это постоянное мироощущение. Любовь неизменна. Любовь не может быть раскола.

* * *

Источником любой любви, включая человеческую, является божественная любовь.

* * *

Каждое человеческое существо в своей основе является чрезвычайно любящим.

* * *

Когда ты любишь, то думаешь только лучшее о том, кого любишь.

* * *

Чем больше ты любишь, тем больше понимаешь.

* * *

Есть одно слово, которое отличает правильную любовь от неправильной. И это слово «отдавать».

* * *

Ты мог бы обнять дерево так же, как человека, если бы ты был очень высоким. Твоя любовь распространяется повсюду.

* * *

Тотальное самоотречение – это самое эгоистичное, что можно сделать. Когда самоотречение полное, мы думаем только о других и автоматически оказываемся в истинном Я.

* * *

Любовь – это состояние истинного Я. Это то, чем ты являешься.

* * *

Уважение – это необходимая часть любви.

* * *

Все, кроме полной любви, это в какой-то степени ненависть.

* * *

Ты понимаешь, почему не можешь быть против чего-то? Муравей – это Бог, враг – это тоже Бог. Если ты ограничиваешь какую-либо часть, то получается, что ты держишь Бога на расстоянии. Любовь не может быть разделена на части. Любовь должна быть ко всему.

* * *

Величайший из всех успехов – это любовь.

* * *

Твоя способность любить определяется твоим пониманием.

* * *

Если ты не доверяешь кому-то, это значит, что ты не любишь его по-настоящему.

* * *

Если мы любим этот мир, то мы принимаем его таким, какой он есть. Мы не пытаемся его изменить. Мы позволяем ему быть. Мы даруем миру его бытие. Попытка изменить других – это подпитка для нашего собственного эго.

* * *

Чем больше мы любим, тем меньше нам приходится думать.

* * *

Быть любовью – это выше любви. У настоящего преданного Богу нет иного выбора, кроме как любить. Он есть любовь.

* * *

Любовь это твое истинное Я. Это высшая любовь.

* * *

Любовь – это постоянное мироощущение. Любовь неизменна. Мы любим нашу семью так же, как мы любим незнакомых людей. Мы способны любить свою семью настолько, насколько мы способны любить незнакомых людей.

* * *

Любовь – это единение.

* * *

Любовь – это истинное Я. Истинное Я не любит. Истинное Я – это сама любовь. (*Кого-то ты можешь любить только в двойственности.*)

* * *

Тебя приведет к Богу не любовь, а пребывание любовью.

* * *

Любовь – это когда каждый прославляет себя путем служения другим, и поэтому обязательно будет получать от других. Таким образом, Бог перетекает туда и обратно, и мы наслаждаемся Его необычностью. Нет ничего более восхитительного, чем дух отдавания. Это опьянение выше любого другого переживания, доступного человеку. Открой это.

Служение – это секрет омовения в вечно новой божественной радости. Служение открывает двери в величайшие пространства красоты и очарования, где наслаждаются нектарами бесконечного разнообразия вкусов. И все это смешано в одном напитке – во все превосходящей любви.

Зайди в сад самой восхитительной и нескончаемой радости от вечно желанного любить и служить. Отпусти пустоту эгоизма. Наполни себя до краев самоотверженной любовью.

Беседа 6

Реализация

Не следует стараться быть интеллектуальным. Интеллектуальное знание может быть получено от чтения книг. У большинства из нас уже есть интеллектуальные знания, но мы еще не реализованы. Что нам нужно, так это знание, полученное через переживание, через чувствование, через реализацию и его интеграцию в само наше бытие. Полезно для роста лишь то знание, которое мы реализуем нашим внутренним зрением и чувством. Когда мы размышляем, знания должны соответствовать нашим чувствам, то есть они должны ощущаться как правильные и составлять единое целое со всем нашим бытием. Тогда это реализация, откровение. Тогда мы знаем, и знаем, что мы знаем.

Реализация – это впервые увидеть по-настоящему то, о чем ты слышал много раз. Но происходит это так, будто ты слышал об этом лишь единожды. Это подобно тому, как если бы в уме включилась электрическая лампочка, и ты говоришь: «О, теперь я вижу». Ты мог слышать об этом сотню раз, но на этот раз ты видишь и непосредственно переживаешь это. Это и есть реализация. Это стало реальным для тебя.

Такое воспринятое и пережитое знание является единственным полезным для нас знанием. Мы можем прочесть все, касающееся этой темы, но это не помогает, и наша жизнь практически не меняется. Так происходит потому, что мы путем реализации не интегрировали это знание в наше бытие.

Реализованные знания не интеллектуальны, хотя мы пользуемся в процессе поиска интеллектуальными средствами. Мы используем наш ум, мы пытаемся найти ответ с его помощью, но со временем обнаруживаем, что ответ приходит не из ума. Он приходит из какого-то места, находящегося за пределами ума. Он приходит из царства Осознанности, царства Всеведения. Успокаивая ум, успокаивая свои мысли, каждый из нас имеет доступ к этому царству Всеведения. Когда ты находишься в этом состоянии, к тебе приходит понимание, и это становится реальным. Ты знаешь, и ты знаешь, что ты знаешь. Есть ли какие-то вопросы по поводу того, что я только что сказал?

Вопрошающий: Знание и чувствование – это одно и то же?

Лестер: Нет. Чувство приходит незадолго до знания.

Вопрошающий: Знание находится за пределами чувств? Это знание, которое ощущается как Истина?

Лестер: Ответ на оба вопроса: «Да». Это нечто такое, что придется пережить. Есть ощущение чего-то, но также бывают случаи, когда ты просто знаешь, и ты знаешь, что знаешь, и нет никакого чувства по этому поводу. Осознанность – это действительно более высокий уровень. Мы начинаем с рассуждений, с размышления, это царство мышления. Затем мы продвигаемся в царство чувств. А высшее царство – это царство Осознанности.

Вопрошающий: Предполагается ли участие эго в чувствах?

Лестер: Да. Чувство создает эго. Это высшее состояние эго. Поэтому есть двойственность: «я» чувствую «эмоции». Осознанность – это осознание. Когда я сказал: «Ты знаешь, и ты знаешь, что ты знаешь», ты осознаешь, и ты осознаешь тот факт, что ты осознаешь. Нет

ничего, что обуславливало бы это. Высшее состояние – это состояние тотальности Осознавания, тотальности Бытия. Когда мы туда добираемся, Бытие и Осознавание оказываются одним и тем же. Сначала же кажется, что это две разные вещи. Но когда мы движемся к вершине, Бытие, Осознавание, Сознание – это одно и то же, ибо Осознавание, которое ты осознаешь, – это Бытие, являющееся Бытием всего. Мы видим, что мы – не только это тело, но также и каждое другое тело, каждая другая вещь и каждый атом в этой вселенной. Итак, если мы являемся бытием всего, бытием каждого атома, то все мы – единое Бытие.

Вопрошающий: Вы имеете в виду «Я есть То»?

Лестер: Да, определенно! Это Я. Высшее состояние – это Я. Только Я, даже без «есть». «Я есть» находится чуть ниже вершины. На шаг ниже – «Я есть то, что Я есть». Еще на шаг ниже – «Я ничем не ограничен». Еще на шаг ниже – «Я велик».

Вопрошающий: Или един с Богом?

Лестер: Хорошо, где находится «един с Богом»? Един с Богом – это не высшее состояние, потому что в нем есть двойственность. Если я един с Богом, то есть «я» и есть «Бог». В конце концов мы обнаруживаем, что Я и есть Бог, есть лишь одно Единство во вселенной, и мы есть это Единство, мы обязательно должны быть этим Единством. Вот что мы обнаруживаем в конце цепочки. Или в ее начале, в зависимости от того, как на это смотреть. Мы – безграничное Бытие – скрываем эту безграничность ограничивающими концепциями, первая из которых: «Я человек, отдельный от всего». Это самая первая и очень большая ошибка, которую мы совершаем: «Я отдельный, я личность, меня зовут Лестер, у меня есть тело». И здесь я опускаюсь прямо вниз. После того как мы отождествляемся с умом и телом, мы тут же принимаем все эти проблемы, которые являются только допущениями. Это всего лишь выдумка, что мы и видим, погружаясь внутрь и успокаивая ум. И прямо там мы открываем эту истину.

Теперь весь этот мир видится как сновидение, иллюзия, которой никогда не было. Истина находится за пределами внешнего мира. Так зачем создавать проблемы? Рост – это просто устранение всех ограничивающих концепций. То бесконечное совершенное Бытие, которым мы являемся, должно быть всегда бесконечно и совершенно, следовательно, оно совершенно прямо сейчас. Есть нечто, что мы никогда не сможем изменить, – это наше неограниченное истинное Я, которое есть все время. Но я в качестве безграничного истинного Я могу решить, что я ограничен и что у меня есть ум, у меня есть тело, у меня есть проблемы. Однако это только предположение.

Вопрошающий: Какая техника используется для того, чтобы пробиться сквозь все это, чтобы попасть прямо в то состояние, в котором есть полная осознанность?

Лестер: Задай вопрос «Кто я и что я?». И жди, когда появится ответ. Думающий ум никогда не сможет дать ответа, потому что все мысли ограничены. Итак, в тишине и медитации задавай вопросы: «Кто я?», «Что я?» Когда поднимаются другие мысли, отбрасывай их. Если ты не можешь сделать это, спроси: «К кому приходят эти мысли? Эти мысли приходят ко мне. И тогда – кто я?». Ты снова возвращаешься к «Кто я?» Продолжай так делать до тех пор, пока не получишь ответ на вопрос «Кто и что я?» И неважно, сколько времени это займет.

Ответом является неограниченное истинное Я. Оно становится очевидным в единственном случае: когда ум практически полностью затихает. Единственное препятствие для немедленной и полной реализации прямо здесь и сейчас, – это мысли, каждая из которых ограни-

чена. Устрани эти мысли – и ты увидишь это бесконечное Бытие, которым ты всегда был, есть и будешь.

Трудность заключена в прошлых привычках: в образе мыслей, в постоянном бессознательном круговороте и кипении мыслей, в механизме, который мы создали и который называем подсознательным умом. Подсознательные мысли – это просто наши мысли, на которые мы в данный момент не смотрим и поэтому называем их подсознательными. Это враг, которого мы создали. Чтобы уменьшить количество этих подсознательных мыслей, сначала мы делаем их сознательными. Делая их сознательными, мы можем их отпустить, и они уходят навсегда. Это успокаивает подсознательный ум. Чем больше мы устраняем мыслей, тем более очевидным становится наше подлинное Я. Чем более очевидным становится наше подлинное Я, тем больше мы можем сжечь оставшихся мыслей. И так до тех пор, пока ум полностью не успокоится.

Вопрошающий: Чтобы добраться до подсознательных мыслей, нужно вначале успокоить сознательные мысли?

Лестер: Сознательная мысль – это всего лишь подсознательная мысль, ставшая сознательной.

Вопрошающий: Также подсознательные мысли приходят через сновидения, не так ли?

Лестер: Да, но мы можем устранять их только в состоянии бодрствования и тем самым расти.

Вопрошающий: Мы успокаиваем свои сознательные мысли с помощью медитации и других техник. А «Кто я?» используется как для сознательных, так и подсознательных мыслей. Это правильно?

Лестер: Да. Кроме того, можно использовать «Кто я?» для того, чтобы успокоить или устранить мысли. Задай вопрос «Кто я?». И когда приходит мысль, говори: «К кому пришла эта мысль?» Ответ: «Ко мне» – «Тогда кто я?» И ты снова на том же пути. Таким образом ты устраняешь мысли по мере того, как они приходят.

Вопрошающий: Но что в это время не дает всплывать подсознательным мыслям?

Лестер: Они будут и должны всплывать. Если они появляются, то становятся сознательными. Тогда ты можешь устранить их. В конце концов, ты устранишь их все.

Вопрошающий: Сколько у нас умов?

Лестер: Есть только один ум. То, на что мы смотрим в данный момент, мир называет сознательным умом. Часть ума, которую мы не видим в данный момент, мир зовет подсознательным умом. Это способ функционирования ума, которому мы даем разные имена. То, о чем мы сейчас говорим, то, что мы сейчас осознаем, это и есть то, что мы называем сознательным умом, сознательной мыслью. Подсознание – это все мысли, которые в данный момент нас не интересуют.

Что касается так называемой сверх сознательной мысли, то на самом деле нет такого, как сверх сознательная мысль. Сверхсознание, то, что выше сознания, – это за пределами сферы мышления, это Всеведение, царство Осознанности. Царство сверх сознательного – это все-

общее Осознание, всеобщая Осознанность. Когда ты в состоянии осознанности, тогда нет никакого думания.

Вопрошающий: Отличается ли бессознательное от подсознательного?

Лестер: Подсознательное и бессознательное – это одно и то же.

Вопрошающий: Согласны ли вы с теорией коллективного бессознательного Карла Юнга?

Лестер: Я согласен только с Истиной. И это то, что я всегда подчеркиваю: единственным авторитетом для Истины является Истина. Не принимай ничего, пока ты не можешь доказать это. Не принимай даже то, что я говорю, независимо от того, сколько раз я говорил, что знаю это. Если это не вписывается в твои сегодняшние знания, ты можешь принять это на проверку. Но принимать ты должен только то, что ты можешь сам доказать для себя. Это крайне важно. **АБСОЛЮТНО НЕОБХОДИМО ДОКАЗАТЬ ВСЕ ЭТО ЗНАНИЕ САМОМУ СЕБЕ.** В противном случае для тебя это – всего лишь слухи. Ты должен сделать это знание своим знанием.

Есть только одна Истина, только одна Абсолютная Истина. То, как ты ее назовешь, ничего не меняет. Говорит ли это такой-то и такой-то либо это говорю я – нет никакой разницы. Правда ли это? Вписывается ли это в твое понимание? Это единственное, что имеет значение. Это то, чем мы отличаемся. Мы стараемся сделать это максимально практичным, чтобы можно было использовать эти знания и двигаться к полному пониманию как можно быстрее.

Вопрошающий: Нужно ли проходить через какие-то этапы?

Лестер: Нет. Сколько времени займет у бесконечной Силы, бесконечной Осознанности, чтобы узнать, что Она бесконечна?

Вопрошающий: Нисколько не займет.

Лестер: Верно. Когда человек очень сильно хочет, это произойдет быстро. Если ты хочешь этого больше всего остального, то у тебя это будет в течение нескольких недель или месяцев.

Вопрошающий: Есть ли способ заставить себя хотеть реализации все больше и больше?

Лестер: Да, сделай реализацию желанной, испытав переживание ее чудесности.

Вопрошающий: Или делать себя все более и более несчастным?

Лестер: Есть два стимула. Один из них, причем не лучший, – это страдание. Сладость этого, чудесность этого, великолепие этого заставят нас хотеть реализации больше, чем это сможет сделать страдание.

Вопрошающий: В каком смысле великолепие?

Лестер: Великолепие знания кто ты есть – это потрясающее переживание, экстаз, эйфория. Просто нет слов для того, чтобы это описать, поскольку мы живем в век, когда это практически не испытывается и поэтому не понимается. Как же найти слова для объяснения того,

что не понято? Не существует слов, чтобы это описать, потому что оно находится за пределами нынешнего понимания. Поэтому ты подбираешь наилучшие из имеющихся слов, чтобы рассказать об этом. Парамаханса Йогананда использовал такую фразу: «Всегда новая радость, бьющая ключом каждую секунду», и это практический способ сказать об этом. Поначалу эта радость, которая изливается каждую секунду, просто продолжает изливаться, и ты чувствуешь, что не можешь ее сдержать. Затем она превращается в очень глубокий покой, глубочайший покой, который ты можешь себе только представить. Это восхитительный покой, намного более комфортный, чем всегда новая радость. Но пожалуйста, обрети сначала всегда новую радость!

Вопрошающий: Но не оставайся там.

Лестер: Правильно. Очень легко застрять во всегда новой радости. Это то, что называют оболочкой *ананды*. Это последняя завеса, которую следует удалить. Это последняя стена, через которую нужно пройти. Когда тыходишь в эту всегда новую радость, становится так хорошо, что ты просто желаешь быть в ней всегда. Кроме того, у тебя нет чувства необходимости что-то изменить, все и так замечательно. Но это не конечное состояние. Окончательное состояние – это покой, превосходящий любое понимание. Это глубочайший покой. Ты движешься в мире, перемещается твое тело, но ты всегда находишься в абсолютном покое. Вокруг тебя могут взрываться бомбы, но, несмотря ни на что, ты пребываешь в этом совершенном покое.

Вопрошающий: Как поддерживать это состояние?

Лестер: Если ты получаешь его, то тебе не нужно поддерживать его, потому что у тебя это есть, и ты являешься этим.

Вопрошающий: Тогда, в этом конкретном состоянии, ты действительно всезнающий и все такое прочее. И тогда нет необходимости в думании.

Лестер: Верно. Это высшее состояние. И теперь можно погрузиться в это состояние на определенную глубину, очень глубоко, и не удерживать его. Но привычки из прошлого, привычки к мыслям, которые не были устранены, возрождаются и могут возобладать. Мы можем чувствовать это бесконечное Бытие, которым являемся, и это замечательное переживание. А затем, в следующую минуту, приходит мысль: «О, такой-то и такой-то человек хочет, чтобы я сделал то-то и то-то, а я не хочу этого делать». И вот, пожалуйста, ты отождествляешь себя с несчастной ограниченностью. Ты, истинное Я, пытаешься быть этим безграничным Бытием через очень узкое, очень ограниченное эго. И это больно. Вот все, что происходит.

Вопрошающий: Как уничтожить эго, как избавиться от него?

Лестер: Первое и самое важное – это сильное желание отпустить эго. Во-вторых – слушать кого-то, кто знает путь и следовать указанным им направлением, особенно если этот человек является полностью реализованным.

Вопрошающий: Такого человека трудно найти.

Лестер: Нет, они доступны прямо там, где ты есть. Где бы ты ни был, они есть прямо там. Я могу назвать некоторых из них: Иисус, Будда, Йогананда. Я не знаю ни одного такого, находящегося в физическом теле и живущего в Соединенных Штатах. В Индии, я полагаю, таких людей несколько. Но нет необходимости в физическом теле, если там, где ты находишься,

доступны другие, потому что они вездесущи. Все, что нужно сделать, это открыть свой мысленный взор и увидеть их. Они вездесущи, поэтому они должны быть там, где находишься ты. Также они, желая помочь, обязательно должны прийти к тебе, если ты открываешь себя им. У них нет выбора. У них есть обязательство. Так что все, что тебе нужно сделать, это попросить их о помощи и руководстве и открыть себя этому. Помощь придет.

Однако, поскольку мы считаем себя физическими телами, иногда мы с большей готовностью принимаем полностью реализованное Существо, когда оно находится в физическом теле. Таким образом мы примем больше помощи, потому что в наших физических ощущениях Оно кажется более реальным. По этой причине хорошо иметь рядом, во плоти, полностью реализованное Существо. Однако если такого у нас нет, это не значит, что мы не можем принять руководство тех, которые вездесущи.

Вопрошающий: Некоторые индийские школы говорят, что реализация невозможна без живого Гуру, но я думаю, что в процессе развития это ограничение преодолено. И вы подтверждаете это.

Лестер: Да. Однако Гуру – живой, вне зависимости от того, находится он в физическом теле или нет.

Вопрошающий: Нужен ли людям Гуру во плоти?

Лестер: Людям нужен Гуру, Учитель. Он не обязательно должен пребывать в физическом теле, но его нужно принимать, как если бы он был живым. Он не обязательно должен быть в физическом теле. Причина, по которой нам нужен Гуру во плоти, заключается в том, что мы живем в очень трудную эпоху. Это эпоха материализма, где все вокруг кричит: «Это материальный мир. Он таков!». Мы приходили в этот мир множество раз. Поэтому нам действительно нужна помощь полностью реализованного Существа, чтобы компенсировать эту постоянную тяжесть мира, говорящего, что мы физические, ограниченные тела.

Нам следует хотеть Истины больше, чем мы хотим воздуха. Тогда бы мы получили полное понимание очень быстро.

Вопрошающий: Это ваше изречение?

Лестер: Нет ничего моего. Что бы я ни сказал, все было сказано раньше. Я мог бы просто накручивать вокруг этого те или иные слова, в своем собственном стиле, но здесь уже не будет ничего нового. Истина всегда была и всегда будет.

В восточных писаниях есть история о мастере и его ученике. Они купались в Ганге, и ученик спросил: «Учитель, как мне познать Истину?» В ответ учитель схватил ученика за волосы и погрузил его голову под воду. И только когда ученик почти потерял сознание, учитель отпустил его и сказал: «Так вот, когда ты будешь жаждать Истину так же, как только что хотел воздуха, тогда ты ее и получишь».

У них есть несколько замечательных историй. История про змею и веревку представляет собой отличную аналогию физического мира. Думаю, что все ее знают, не так ли? Человек в сумерках идет по дороге. Он видит лежащую на земле веревку, принимает ее за змею и паникует. Он полностью вовлекается в мысли о том, что делать с этой ужасной змеей. Но змея – это всего лишь иллюзия. Реальность – это веревка. Таким образом, он проводит свою жизнь, например, шестьдесят пять лет, в постоянной борьбе с этим змеиным миром, затем отдыхает в астральном мире, после чего возвращается и борется с этим снова, снова и снова. И так до тех пор, пока не пробудится к тому факту, что змея была только веревкой и что в действительности

никакой змеи никогда не было. Именно это происходит с физическим миром. Подобно этой змее, он всего лишь иллюзия.

Вот пример, который мне нравится больше всего. То, что происходит в нашем мире, – это в точности то же самое, что происходит в сновидении. Пока мы находимся во сне, он очень реален: там есть мы, есть другие персонажи, сон может быть красивым или некрасивым. Если это кошмар, то нас могут убить. Это настоящая борьба. Все время, пока мы находимся во сне, все это реально для нас. Но когда мы просыпаемся, то говорим: «О боже, это было только сновидение, этого никогда не было». То же самое происходит, когда мы пробуждаемся из состояния бодрствования, сна этого мира.

Эта беседа была записана в Нью-Йорке
21 сентября 1964 г.

Беседа 7

Любовь, дарение и Сознание Христа

Сейчас время Рождества, поэтому давайте направим наше внимание на Рождество. Как лучше сделать? Вы сами скажете, что хотите услышать от меня про Рождество, или мне просто поговорить? Отлично. Рождество – это когда массы смотрят на Христа и когда читается месса¹ в честь Иисуса.

Когда я интерпретирую Библию, то вижу ее не так, как ее читал сначала, и не так, как кто-то о ней говорит. Рождество связано с Христом. Христос – это не человек по имени Иисус. Христос – это титул Иисуса, достигшего Сознания Христа. И я думаю, что если разделить этих двоих – Иисуса и Христа – то смысл Его слов и смысл Библии будет понятен лучше. Когда Он говорит: «Я есмь путь», – то не имеет в виду Иисуса, Он имеет в виду Христа. Поэтому лучше я сначала объясню, что подразумеваю под Христом и Иисусом.

Иисус был человеком, родившимся на этой земле примерно 2000 лет назад. Идя путем добродетели, он сумел правильно использовать этот мир, чтобы достичь Сознания Христа. Тем самым Он показал путь к бессмертию, который должен принять каждый из нас. Нам следует умереть еще до смерти, то есть устранить из нашего сознания все мысли о смерти и удерживать вместо этого только вечность и бессмертие. Иисус позволил распять себя, чтобы доказать бессмертие, воскресив Себя. Он был тем, кто показывает путь, Он посвятил себя только тому, чтобы показать нам путь. И ради этого он отдал свою жизнь.

Сознание Христа – это сознание, которое спасает нас от всего беспорядка, в котором мы оказываемся, когда стараемся быть мирскими людьми. Именно достижение Сознания Христа спасает нас от всех ужасов и страданий мира. Именно достижение Сознания Христа дает нам освобождение от всех трудностей и ведет к бессмертию. Если бы мы попытались быть Иисусом, то прошли бы через все испытания и невзгоды, через которые прошел Он.

Однако, будучи подобными Христу, мы становимся Им и обретаем Сознание Христа, тогда мы устраняем все страдания, и у нас не остается ничего, кроме бесконечной радости.

Итак, бытие Христом – это состояние, которого достиг человек Иисус. Он достиг своего бытия Христом еще до того, как родился. И он вернулся, чтобы на собственном примере показать нам путь. Я думаю, что если при обращении к Библии помнить о значении Иисуса и Христа, то это сделает чтение намного более осмысленным.

В основном Рождество известно из-за духа дарения, доброй воли ко всем людям. То, что заключено в слове «дарение», – это ключ ко всему счастью. Именно благодаря духу дарения мы обретаем и переживаем величайшую радость. Вспомни, что когда ты отдавал, то испытывал наибольшую радость. «Любовь» и «дарение» – это синонимы. Именно в духе дарения заключен секрет радости. Когда мы всей душой хотим отдать каждому встречному все, что имеем, тогда у нас проявляется бесконечная радость. Это очень важно. Радость заключена в духе дарения, а не в дарении вещей, потому что Рождество – это великое время для подарков. Люди дарят, дарят и дарят. Но радость лежит не в факте дарения, а в присущем ему духе.

Чувство духа дарения ощущается многими людьми на Рождество больше, чем в любой другой день в году. Это замечательно. Нам следует превратить в Рождество каждый день. Когда мы получаем полную реализацию, то именно так и делаем. Не бывает такого момента, когда мы не хотим отдать каждому все, что знаем.

¹ Здесь игра слов: слово «Рождество», по-английски «Christmass», можно разделить на слоги «Christ-mass»; массы – это «masses»; месса – это «mass». – *Прим. пер.*

Вопрошающий: Вы имеете в виду отдавать вещи или отдавать себя?

Лестер: Сначала о дарении. Если мы даем с оговорками, с обвинениями, требуя обязательств, то в этом не много радости. Но когда мы даем свободно, то получаем величайшее из чувств. И это постоянный дух дарения, являющийся секретом вечной радости. Дальше. Как говорит Библия, величайшее из того, что мы можем дать, – это мудрость. Ибо когда человеку дают мудрость, ему дают метод достижения всего, а не только чего-то одного. Итак, величайшее дарение – это дарение мудрости, это дарение понимания и дарение знания об интересующем нас предмете.

Я мог бы объяснить это так. Если дать голодному еду, то на какое-то время он будет счастлив и удовлетворен. Но через три часа ему снова будет нужна еда, и так может быть тысячи раз. И что для него еда на один раз, которую ты ему дал? Не слишком много. Но если ты дашь человеку понимание, как готовить еду, то он никогда не останется голодным! Ты дашь ему знание, как всегда иметь любую еду, которую он хочет. Ты дашь ему шестьдесят тысяч блюд! Итак, передача понимания и мудрости – это величайшее дарение.

Практика такого дарения будет отличным методом роста, и я думаю, что ваша группа к этому готова. Давайте это понимание всем, кого вы встречаете, и кто об этом просит. Это превосходно, ибо оно переключает тебя с твоего маленького «я» на других. Это акт любви. Я предлагаю это дарение принять в качестве своего образа жизни: помогать другим получать это понимание. Это поможет вам быстро достичь мастерства и даст величайшую из всех радостей.

Хорошо дарить подарки. Они должны быть даны от всего сердца. Но я думаю, что мы все находимся в точке, где можем давать гораздо больше, чем просто вещи. Нам следует попытаться давать мудрость и понимание. Я ответил на твой вопрос, Лил?

Вопрошающий: Да.

Вопрошающий: Это нужно делать, только если нас попросят?

Лестер: Да. Если мы пытаемся помочь людям, которые не просят об этом, мы просто выражаем свое собственное эго: «Я знаю нечто такое, что нужно знать тебе». Смотри, что происходит: мое «я» сверху вниз обращается к «тебе». Попытка научить тебя чему-то, о чем ты не просил, – это просто проявление эго с моей стороны. Так что следует давать, только если просят.

Вопрошающий: Наступит ли время, когда мы станем чувствительными до такой степени, чтобы говорить об этом нуждающимся в нем людям, даже без просьбы с их стороны?

Лестер: Да, наступит. Когда ты отпускаешь свое эго, то автоматически все больше и больше настраиваешься на других. Чем меньше твое эго, тем больше ты настроен на других. Ты достигаешь состояния, в котором людям даже не нужно просить тебя. Ты обнаруживаешь, что некоторые люди, просящие о помощи, на самом деле не хотят ее. Также есть и люди, которые говорят: «Я не нуждаюсь ни в какой помощи», но которые на самом деле хотят ее. Чтобы справляться с такими ситуациями, требуется некоторый опыт. Но это правда, что когда мы растем, когда мы отпускаем свое эго, то становимся более настроенными на других и помогаем им автоматически. Мы помогаем всегда, независимо от ситуации, независимо от того, где это происходит. Это может быть кассир в большом магазине или кто-то, кого ты встречаешь на улице. Всегда есть определенное дарение, которое должно продолжаться постоянно. И это не обязательно должны быть слова мудрости. Это может быть просто добрым словом, выражением любви.

Нет никакого вреда в старании помочь другим. Это было бы величайшим из всего дарения. Еще есть вопросы?

Вопрошающий: Что такое второе пришествие Христа?

Лестер: Второе пришествие Христа – это не то же самое, что второе пришествие Иисуса. Второе пришествие Иисуса будет тем временем, когда Он снова вернется на эту землю в физическом теле. И я верю, что это будет то самое тело, которое Он имел, когда в последний раз ходил по земле. А второе пришествие Христа – это когда мы достигнем Сознания Христа.

Нашей группе очень повезло, что мы близки к Иисусу. Это было довольно очевидно во время нашей первой медитации, когда Иисус вошел в эту комнату и подошел почти ко всем, находящимся здесь. Это был совершенно определенный и очень важный знак, что Иисус очень заинтересован в нашей группе и пытается помочь нам всеми своими силами. Эта сила никогда не дается тем, кто к ней не восприимчив. В ней нет принуждения. Он может использовать свою силу только тогда, когда мы открываем себя Ему. Когда мы делаем это, Он уже прямо тут, Он готов и очень могуч. Просто попробуй.

Если мы хотим пройти весь путь в этой жизни, то нам нужна прямая связь с мастером. Я уже говорил, что в наши дни так трудно достичь мастерства, что необходимо иметь эту связь с мастером, позволяющую нам в момент покидания этого плана получить его помощь в полной реализации. В этой комнате нет никого, кто не мог бы реализоваться в этой жизни. Для этого он или она просто должен до конца оставаться верным пути. Каждый из нас может сделать это, если мы действительно этого захотим.

Вопрошающий: Разъясните, пожалуйста, что такое «сделать это»?

Лестер: Бытие Христом и полная реализация. «Сделать это» – значит стать мастером. Кто такой мастер? Мастер – тот тот, кто господствует над всей материей вселенной и кто хозяин своего ума. Мастер – это тот, кто видит свою бесконечность прямо внутри себя. Мастер – это тот, кто отбросил все мысли об ограниченности, кто сорвал все эти оболочки ограничений и стал свободен.

Вопрошающий: И мы можем обрести реализацию в этой жизни?

Лестер: Да, конечно! Тебе следует хотеть этого больше, чем чего-то еще. Гораздо больше, чем что-либо в этом мире. И если это произойдет, то, будучи готовым покинуть это место, ты получишь помощь мастера, к которой стремишься. И он поможет тебе. Если этого не произойдет до конца твоих дней, то это случится во время твоей так называемой смерти. Когда человек умирает, он видит все мысли об этой жизни, о прошлых жизнях. Мастер отождествляет себя с нами. Он видит нас как себя, и по мере того как эти мысли приходят в наш ум, они приходят и в его ум. И будучи отождествлен с нами, он помогает нам избавиться от этих мыслей. Когда они полностью уничтожены, мы становимся полностью свободны!

Вопрошающий: Это то, что мы делаем каждый день, когда говорим: «Мы не ограничены. Я не приму это. Я не это ограниченное существо». Разве не именно это мы должны делать весь день?

Лестер: Да. Нам следует продолжать таким образом, пока не закончатся все эти мысли. Мы не должны быть ограничены ничем и никакой мыслью.

Вопрошающий: Но пока для меня это слишком. Я хочу просто идти по улице и не злиться на парня, идущего впереди.

Лестер: Я пытаюсь показать тебе весь путь. Я стараюсь дать тебе карту, которая проведет тебя по всему пути. Я не говорю: «Боб, будь таким сегодня». Но я думаю, что если у тебя есть карта, показывающая весь маршрут, то ты сможешь пройти по нему самостоятельно. Тебе не понадобится никто, вроде меня, чтобы говорить об этом. Когда у тебя есть карта, все, что тебе нужно делать, – это следовать ей. Я пытаюсь дать тебе завершенную картину, завершенное понимание того, что такое полная реализация и каков путь ее достижения. А это очень трудно сделать, потому что ты никогда не узнаешь, что это такое, пока не достигнешь этого.

Вопрошающий: А это – просто чувство, что я не То.

Лестер: Верно. Это – это чувство, что я отдельный, индивидуальный, отделенный от Всего, что мне нужно тело и ум для того, чтобы быть отдельным.

Вопрошающий: Что я ограничен?

Лестер: Если у меня есть тело и ум, то мне свойственны тысячи ограничений. Я должен кормить тело, заботиться о нем. У меня есть мысли. Мои чувства страдают. И это продолжается, продолжается и продолжается. Познай, кто ты есть. Ты увидишь, что ты не тело, что ты не эго. Обнаружь, кто ты, и будь бесконечным.

Вопрошающий: Может ли Иисус спасти нас?

Лестер: Иисус не спасает. Спасает Сознание Христа. Мы должны верить не в Иисуса, а верить, как Иисус верил. Когда мы прилагаем усилия, чтобы достичь Сознания Христа, Иисус помогает нам это реализовать. Иисус всегда доступен каждому, кто принимает Его помощь и восприимчив к ней.

Ты имеешь возможность и можешь связаться с Иисусом настолько, насколько ты готов принять тот факт, что ты на это способен. Если ты способен принять, что можешь говорить с Иисусом в физическом теле, то ты встретишься с Ним в физическом теле. Если ты можешь принять встречу с Ним в видении или во сне, то ты встретишься с Ним таким образом. Если ты можешь принять Его как присутствие, тогда ты почувствуешь Его присутствие и получишь Его поддержку. Все зависит от тебя.

Эта беседа была записана в Лос-Анджелесе 16 декабря 1965 г.

Беседа 8

Эго

Концепция эго – это коренная причина всех заблуждений и, следовательно, всех проблем. Это ложное отождествление с телом, а не с истинным Я.

* * *

Эго – это концепция индивидуальности, отделения от истинного Я и Всеобщности. Следовательно, эго – это ложное предположение. В действительности мы – истинное Я, от которого не отделены.

* * *

Эго – это все существующее зло, а твое истинное Я – это все существующее добро.

* * *

Эго – это источник рождения и смерти. Когда эго отпущено, ложный ты умрешь навсегда.

* * *

Все, что не хорошо, имеет свое начало в чувстве эго, и поэтому оно нереально. Наша настоящая природа – абсолютное совершенство.

* * *

Все, что относится к эго, противоположно всему, что относится к истинному Я.

* * *

Все, что видит эго, – это ложь в свете Истины. Все, что видит эго, двойственно. Эго не может видеть Единство. У эго есть только глаз двойственности. В том, что видит эго, нет ничего истинного. С другой стороны, подлинное Я видит только Истину, которая есть истинное Я.

* * *

Эго окрашивает Истину. Чем меньше эго, тем менее окрашена Истина.

* * *

Вся беда в неправильном отождествлении. Мы говорим, что мы – ограниченное эго.

* * *

Эго не может не быть ограниченным.

* * *

Существует только одна возможность для роста – отпустить эго.

* * *

Всякий раз, когда ты не растешь духовно, твой рост происходит в другом направлении.

* * *

Каждый раз, когда ты выражаешь эго, ты деградируешь.

* * *

Чем больше ты растешь, тем больше можешь противостоять своему эго.

* * *

Когда нас что-то беспокоит, мы ищем источник этого. И мы обнаруживаем, что это наше эго.

* * *

Вся цель пути – отпустить эго. То, что остается, – это истинное Я.

* * *

Все просто. Любая сложность в жизни – это старания эго отменить простоту Реальности.

* * *

Именно эго делает жизнь трудной.

* * *

Чем больше ты думаешь, что ты ограниченное эго, тем больше усилий тебе требуется, чтобы продвигаться. Именно эго требует усилий.

* * *

В этом мире есть только одна основная проблема. Это общий знаменатель всех проблем. Это стремление быть эго.

* * *

Отождествляя себя с эго, ты отождествляешь себя с неприятностями.

* * *

Мы должны перейти от желания избавиться от страданий к желанию отпустить наше эго.

* * *

Эго умирает тяжело. Но как только ты узнаешь, что эго является источником всех страданий, а истинное Я – источником всего счастья, тогда не будет так сложно отпустить эго.

* * *

Когда мы начинаем двигаться к истинному Я, эго воздвигает преграды на пути: мы заболеваем, ложимся спать, у нас есть другие дела и т. д. и т. п. Так происходит потому, что мы чувствуем, будто уничтожив эго, будем уничтожены и мы. За тысячи лет мы убедили себя в том, что являемся этими ограниченными телами, и мы думаем, что потребуется время, чтобы отпустить эти ограничивающие концепции.

* * *

Время – это эго-мысль.

* * *

Эго всегда будет пытаться удержать нас от того, чтобы мы его отпустили.

* * *

Рассмотрение интеллектуальных вопросов и вовлеченность в дискуссии усиливают эго и не приносят тебе никакой пользы.

* * *

Чтобы задать вопрос, требуется эго. Когда же человек реализован, тогда нет никаких вопросов.

* * *

Все вопросы о не-истинном Я направляют внимание человека в противоположном от истинного Я направлении и отсрочивают реализацию Истины. Любой вопрос об эго направляет внимание к эго. Эго нереально, это не-истина. Сколько бы ты ни говорил об иллюзии, это не даст тебе восприятие Реального, Истины.

* * *

Вначале эго – это единственное, что ты знаешь.

* * *

Есть только одно, что нужно сделать: отпустить эго! Нет другого способа расти. Ты полностью реализован прямо сейчас! Всего лишь отпусти эго, это так просто.

* * *

Чем слабее эго, тем больше ты можешь обратить внимание на истинное Я. Однако если ты потратил все свое время на эго, ты никогда не увидишь истинное Я. И так будет до тех пор, пока ты не согласишься на истинное Я. Это достаточно ослабляет хватку эго, и ты можешь повернуться к истинному Я.

* * *

Чем больше ты избавляешься от эго, тем более бескорыстным становишься.

* * *

Когда человек эгоцентричен, почти все его внимание сосредоточено на нем самом. Все, что он видит или слышит, имеет окраску, потому что все это должно просочиться через его внимание к собственному «я».

* * *

Когда ты полностью отпустил свое эго, ты не интересуешься собой, ты интересуешься только другими.

* * *

Если ты делаешь что-то ради одобрения, то ты делаешь это для себя. Если ты делаешь что-то для своего «я», то это не бескорыстно.

* * *

Проблема создается всякий раз, когда ты хочешь утвердить свое эго.

* * *

Всегда, когда мы реагируем, это происходит потому, что есть нечто, чего мы эгоистично хотим.

* * *

Всякий раз, когда мы хотим изменить мир, это желание мотивируется эго.

* * *

Когда эго не вовлечено, тогда мы видим вещи в точности такими, какие они есть.

* * *

Мы ослеплены до уровня нашего эго.

* * *

Желая, чтобы наше эго было принято, мы видим вещи такими, что они (по нашему мнению) помогут нам быть принятыми.

* * *

Если у тебя есть какая-то эмоция, то она мотивирована эго.

* * *

Любая человеческая потребность, любое желание мотивированы эго. Мое эго думает, что ему что-то нужно. Мое истинное Я чувствует и знает, что все – Мое.

* * *

У нас не должно быть никаких желаний. Тогда у нас никогда не будет проблем.

* * *

Разговор требует внимания эго. Это желание одобрения, идущее от эго. Если ты будешь молчать, то сможешь чувствовать то счастье, которое ищешь, когда создаешь шум.

* * *

Почти каждый раз, когда мы говорим, мы просим одобрения эго.

* * *

Эго только разрушительно для человека.

* * *

Каждый, у кого есть эго, разрушителен в той степени, в которой он имеет эго.

* * *

Эго – противоположность любви. Любовь – это истинное Я.

* * *

Эго хочет управлять вселенной.

* * *

Если ты хочешь быть более креативным, покончи с эго.

* * *

Эго – самая дорогая вещь во вселенной, доллар, – и оно ощущает себя мудрым.

* * *

Любое чувство деятеля принадлежит маленькому «я».

* * *

Эго равно слепоте. Слепота равна невежеству.

* * *

Стремление к завершению своего эго означает стремление отпустить страдание, связанное с концепцией нужды. Любая нужда обязательно является концепцией эго, потому что для эго обязательно наличие чувства ограничения или нужды.

* * *

Эго – это просто понятие, ощущаемое как всемирный потоп.

* * *

Когда ты несчастен, ты ищешь одобрения эго и не получаешь его.

* * *

Другое определение горя – это попытка быть эго.

* * *

Любая защита себя требует одобрения эго.

* * *

Если ты хочешь быть хорош в чем-то, то чем меньше эго, тем ты становишься лучше. Эго – это ограничивающее дополнение к истинному Я. Поскольку эго – это ограничивающее дополнение к истинному Я, то чем оно меньше, тем более ты способен во всем (кроме одного – страдания).

* * *

Тебе понадобились миллионы лет, чтобы развить это эго. Продолжай отпускать эго, пока не начнешь видеть истинное Я. Когда ты видишь свое истинное Я, то быстро отбрасываешь свое эго.

* * *

После избавления от большей части эго, когда человек действует эгоистично, в этот момент кажется, что эго такое же, как всегда. Однако мы избавились от того, что было устранено.

* * *

Чувство эго – это быть отдельным от Всеобщности. И это источник всех неприятностей.

* * *

Душа – это концепция эго, эго прославляющая.

* * *

Неважно, что ты делаешь, важно, с чем ты отождествляешься. Если ты отождествляешь себя с ограниченным эго, то ты несчастен.

* * *

После отбрасывания достаточного количества эго оно ослабевает, и Истинное ведет нас до конца пути.

* * *

Весь рост – это отпускание эго.

* * *

Эго – это ложное наложение на Я. Когда ты говоришь: «Я», то это вечный Ты.

* * *

Эго не может быть покорено тем, кто считает его реальным.

* * *

Ищи источник эго – и оно окажется твоим истинным Я.

* * *

Смирение – это отпускание эго.

* * *

Если тебе больно, ищи мотивацию эго и отпусти ее. Тогда ты почувствуешь себя счастливее.

* * *

Если ты не устраняешь эго, ты не растешь. Видишь ли, ты не можешь вырасти в Истинное, ибо Оно и так есть Ты. Ты просто убираешь крышку, которой является эго.

* * *

Эго создает и поддерживает подсознание.

* * *

Все подсознательное мышление порождено эго и является скрытым входом в подсознание, созданным эго.

* * *

Эго-принцип – это причина кажущегося отделения тебя от Всего.

* * *

Высокие состояния должны использоваться, чтобы сжечь эго. Чем выше мы идем, тем больше мы способны сжигать эго. Будучи высоко, ты можешь сказать: «Все это глупая реакция и эго. Я прохожу сквозь это!» – и ты пройдешь сквозь это!

* * *

Настоящий ты, твое истинное Я, бесконечно велико и славно. Оно – целое, совершенное и находится в абсолютном покое. А ты ослепляешь себя, предполагая, что ты – ограниченное эго. Отбрось слепоту, эго, и всегда пребывай в совершенном покое и радости!

Беседа 9

Овладение умом и материей

Наша тема – подлинное Счастье. Мы говорим, что Счастье и все остальное – Бог, Реализация, Мудрость, Осознание – будучи поняты, становятся одним и тем же. Оказывается, что Счастье, которое мы ищем, – это только реальное бесконечное Бытие, которым является каждый. Признав это однажды, далее мы все больше и больше стараемся найти наше внутреннее Бытие, которым являемся. И так до тех пор, пока мы не увидим его полностью, абсолютно, и как единственное. Когда это произойдет, окончательное Счастье устанавливается раз и навсегда. А с ним приходят бессмертие, безграничность, непоколебимый покой, полная свобода и все, что ищет каждый.

Путь к этому внутреннему Бытию, которым мы являемся, – это направлять свое внимание внутрь. Сначала мы сосредотачиваем внимание на уме, пока не узнаем, что такое ум. Затем, чтобы обнаружить свою подлинную природу, мы сосредотачиваем свое внимание на нашем истинном Я. И оказывается, что наша подлинная природа, бесконечное истинное Я, которым мы являемся, – это просто мы минус наш ум. Выясняется, что ум был ограничивающим дополнением, покрывающим наше Бытие; что все мысли имеют ограничения (и мы развиваем миллионы мыслей об ограничении), мешающие нам увидеть это бесконечное Бытие, которым мы являемся. Обращая внимание внутрь, мы обнаруживаем все это. Направляя наше внимание внутрь, мы естественно отпускаем все эти ограничения. Тогда мы видим, что всегда были, есть и всегда будем безграничным Бытием.

Главное препятствие, с которым мы сталкиваемся, – это подсознательный ум. Он полон мыслей об ограничениях, и эти мысли ежедневно движут нами, причем происходит это автоматически. Мы сделали привычки подсознательных мыслей настолько сильными, что даже когда узнаем, в каком направлении хотим двигаться, некоторое время (даже несколько жизней) подсознательные мысли все еще направляют нас. И так до тех пор, пока мы наконец не сумеем превозмочь их. Мы преодолеваем их с помощью мыслей о том, что действительно хотим сделать в жизни. И таким образом становимся хозяевами ума, контролируя мысли до тех пор, пока наше поведение не начинают определять только желаемые нами мысли. Затем мы находимся в состоянии, когда можем что-то делать с умом и мы начинаем превосходить его. Мы поднимаемся выше него и отбрасываем его. Мы отпускаем его! Когда мы делаем это, то оказываемся чистым, бесконечным, безграничным, абсолютно свободным Бытием, которым естественным образом являемся. И тогда наше счастье становится полным.

Направление таково: идти внутрь, искать и медитировать, чтобы успокоить ум настолько, чтобы мы могли видеть бесконечное Бытие, которым являемся. Основные шаги следующие. Первое – осознать тот факт, что мы владеем материей (эта материя включает в себя и тело). Второй важный шаг – овладеть умом. Когда мы действительно овладеваем умом, то можем его отпустить, и мы отпускаем его. Тогда мы способны функционировать в царстве Всеведения, в царстве Осознанности. Тогда мы полностью осознаем бесконечное Бытие, которым являемся, и пребываем в окончательном Счастье.

Мы должны начать с первого шага, с сознательного контроля материи. Независимо от того, знаем мы об этом или нет, каждый из нас все время контролирует материю. Невозможно постоянно не быть творцом. Любой человек творит каждый день. Мы не осознаем этого, потому что просто не обращаем на это внимания. Мы проявили или создали все, что у нас есть! Каждая мысль, каждая мельчайшая мысль материализуется в физическом мире. Невозможно иметь мысль, которая не сбудется (разве что мы ее поменяем). Если сразу после того как у нас появилась мысль, подумать с такой же силой нечто противоположное, то мы нейтрализуем

первую мысль. Но любая не обращенная вспять или не нейтрализованная мысль воплотится в будущем или даже прямо сейчас.

Так что мы постоянно занимаемся проявлением того, что так тяжело пытаемся воплотить. При этом мы непрерывно делаем это неосознанно. Все, что нам нужно сделать, – сознательно направить наши мысли, и это мы называем проявлением. Все, что есть у каждого в жизни, – это проявление. Ничто не станет нашим переживанием, если мы не думали об этом когда-то раньше.

Если ты хочешь знать, каков общий итог твоего мышления, то посмотри вокруг себя. Твое мышление точно определило то, что ты сейчас имеешь. Это твое проявление! Если тебе это нравится, ты можешь сохранять это. Если нет, то начинай менять свое мышление. Сконцентрируй его в направлении того, чего действительно хочешь. И так до тех пор, пока эти мысли не станут доминировать над подсознательными мыслями. Когда ты начнешь сознательно проявлять что-то мелкое, ты сможешь понять, что единственная причина, по которой это такое мелкое, заключается в том, что ты не смел мыслить масштабно. Одно и то же правило или принцип применяется к проявлению одного цента и к проявлению миллиона долларов. Величина устанавливается умом. Тот, кто может проявить доллар, может проявить и миллион долларов! Представь, как ты проявляешь банкноту в один доллар, и затем просто увеличь их количество. Представь не однодолларовую купюру, а миллион долларов.

Материальный мир – это просто проекция наших умов на то, что мы называем миром и телами. И когда мы понимаем, что это всего лишь внешняя проекция нашего ума, просто картинка, которую мы там создали, мы можем очень легко (даже мгновенно) поменять ее, изменив нашу мысль! Итак, повторяю. В каждый момент все люди проявляют и создают то, о чем они думают. У тебя нет выбора. До тех пор, пока у тебя есть ум и мысли, ты являешься творцом.

Чтобы выйти за пределы творения, мы должны выйти за пределы ума. За пределами ума находится царство совершенства, где нет необходимости творить. Есть более высокое состояние, чем творение. Это состояние Бытия, иногда называемое Осознаванием, или Сознанием. Это состояние за пределами ума. Оно за пределами творения.

Уму очень трудно представить, на что похоже то, что находится за пределами творения, потому что ум постоянно вовлечен в процесс созидания. Ибо ум – это инструмент, созидающий вселенную и все, что происходит в мире. Так что если ты возьмешь эту штуку, называемую умом и являющуюся инструментом созидания, и попробуешь представить, что там – за пределами созидания, то это окажется невозможным. Ум никогда не познает Бога, или твое истинное Я, поэтому, для того чтобы познать Бога, свое истинное Я, ты должен выйти за пределы ума.

Чтобы познать бесконечное Бытие, которым ты являешься, чтобы познать, что там, за пределами творения, превзойди ум. Окончательное состояние находится за пределами творения. Это неизменное состояние. В творении все постоянно меняется, и поэтому там не может быть окончательной Истины.

Итак, чтобы проявить то, что ты хочешь, нужно осознать тот факт, что все, что нам нужно сделать, – это думать только о том, что мы хотим. И если мы сделаем именно так, то именно это мы и получим. Всего лишь думай о вещах, которые ты хочешь, и именно это ты будешь всегда получать. Ибо ум – только творческий. Просто, не правда ли? Кроме того, возьми на себя ответственность за создание всего того, что тебе не нравится. Просто скажи: «Посмотри, что я наделал». Потому что, когда ты осознаешь, что создал вещи, которые тебе не нравятся, ты находишься в положении создателя. И если тебе это не нравится, то все, что тебе нужно сделать, это изменить не понравившуюся тебе вещь – и тогда она тебе понравится.

После того как ты сможешь овладеть материей, сознательно создавая то, что хочешь, овладей своим умом и выйди за его пределы.

Есть какие-то вопросы?

Вопрошающий: Нет. Я думаю, что вы хорошо объяснили это. Я смог понять почти все, что вы сказали.

Вопрошающий: Совершенное объяснение!

Вопрошающий: Должен ли я считать, что все, что я вижу и встречаю в течение дня, было создано подсознательными мыслями?

Лестер: Да. Подсознательное мышление – это нечто сложное. Каждая подсознательная мысль активна вне зависимости от того, знаем мы об этом или нет.

Вопрошающий: Итак, если у меня есть привычка иметь какого-то клиента, не оплачивающего аренду, то это подсознательная мысль, которая была «встроена» ранее родителями или кем-то еще.

Лестер: Нет, «встроена» ранее тобою, это твоя мысль.

Вопрошающий: Хорошо. Лучше всего посмотреть на это и сказать: «Откуда взялась эта привычная мысль?» Глядя на нее, я могу увидеть, откуда она пришла, и стереть из моего сознания, стереть именно эту мысль, не так ли?

Лестер: Да. Делать так немного лучше, чем смотреть, откуда она пришла, видеть, что это было в тебе. Потом ты видишь, смотришь, как это глупо, что эта мысль работает против тебя, и ты автоматически отбрасываешь ее.

Вопрошающий: Я бы хотел научиться это делать. Но я просто не отбрасываю такие мысли автоматически.

Лестер: Нет, ты это делаешь. На каждую тему приходится не одна мысль, их миллионы. Я не люблю это говорить, но их миллионы, которые мы приобрели за многие миллионы лет.

Вопрошающий: Если у меня есть привычка повторять что-то в моей жизни, скажем, откладывание дел на потом, что довольно часто случается у меня в бизнесе, это исключительно мое сознание?

Лестер: Да.

Вопрошающий: И глупо говорить, что у торговцев недвижимостью это не так. Правда? Я должен посмотреть на мое сознание, и если я скажу, что это чепуха, что это лишь мои мысли, то я смогу устранить это откладывание дел.

Лестер: Да. Это возможно.

Вопрошающий: Как можно устранить повторяющиеся обстоятельства в своей жизни?

Лестер: Чтобы отменить их, нужно постоянно работать, ища подсознательные мысли, которые вызывают это, и отбрасывать их.

Вопрошающий: Это мои мысли. Я не смотрю ни на что, кроме своего мышления.

Лестер: Да. Еще есть другой способ, он даже лучше. Если ты не можешь вытащить подсознательные мысли, ты можешь создать новую сознательную мысль, сопровождая ее большим волевым усилием. Таким большим, что она отменит все предшествующие подсознательные мысли. Это возможно. Это называется использованием силы воли. Ты можешь это сделать. И если твоя воля будет достаточно сильна, она возьмет верх над всеми подсознательными мыслями. Если у тебя есть величайшая воля, то ты чувствуешь себя прекрасно. Просто желай так, как ты хочешь, чтобы это было. Механизм таков: ты вкладываешь в мысль такую большую силу, что она получается мощнее всех прежних подсознательных мыслей вместе взятых.

Вопрошающий: Человек, умерший прошлой ночью, оставил 25 000 000 долларов! А у его соседа ничего не было. Он умер и отправился на небеса.

Лестер: На небеса легче попасть, когда у тебя нет 25 000 000 долларов, которые удерживают тебя здесь.

Вопрошающий: Уйти легче, если у тебя нет 25 000 000 долларов.

Лестер: Это верно. Он привязан к этим двадцати пяти миллионам. Он пытается удерживать их прямо сейчас, хотя его тело уже мертво. Когда он пытается взять эти деньги, его астральные руки проходят прямо через них. И он в беде. Это сдерживает его, а человек, у которого не было ничего, просто уйдет в более высокие, более свободные сферы.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.