

МОНАХ, ОСНОВАВШИЙ КОМПАНИЮ С ОБОРОТОМ В 250 МЛН ДОЛЛАРОВ

**МАЙКЛ РОУЧ**

# ВОСТОЧНЫЙ ПУТЬ К СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ

**МУДРОСТЬ  
ВЫБОРА**



Система Алмазный Огранщик

Майкл Роуч

**Восточный путь к счастливой  
жизни. Мудрость выбора**

«Издательство АСТ»

2008

УДК 159.9  
ББК 88.37

**Роуч М.**

Восточный путь к счастливой жизни. Мудрость выбора /  
М. Роуч — «Издательство АСТ», 2008 — (Система Алмазный  
Огранщик)

ISBN 978-5-17-112300-0

В этой книге Майкл Роуч поведет речь о тех сокровищах наших жизненных целей, которые спрятаны во всем известном учении Христа, точнее, в его восточной ветви, которая зародилась в Индии, а затем попала и в Тибет. Это полностью другое понимание того, как применять знания учений в реальной жизни. В тексте вы найдете эффективные и целесообразные пути, как оставаться сильным и здоровым, поддерживать гармоничные отношения с другими людьми, быть успешным в карьере, преодолеть своих ментальных демонов – гнев, депрессию, грусть, нехватку энергии. Советы книги дадут вам направление поиска именно своего эффективного и истинного духовного пути.

УДК 159.9  
ББК 88.37

ISBN 978-5-17-112300-0

© Роуч М., 2008  
© Издательство АСТ, 2008

## Содержание

1	6
2	7
3	8
Сила	9
4	9
5	10
6	11
7	12
8	13
9	14
10	15
11	16
12	17
13	18
14	19
15	20
16	21
Уверенность	22
17	22
Конец ознакомительного фрагмента.	23

# **Майкл Роуч**

## **Восточный путь к счастливой жизни. Мудрость выбора**

Michael Roach

The Eastern Path to Heaven: a guide to happiness from the teaching of Jesus  
in Tibet

© Roach Michael, текст

© Мберекпе Е., перевод

© ООО «Издательство АСТ»

# 1

## Мужество иметь всё

Иисус сказал:

Просите, и будет дано вам,

Ищите, и найдёте,

Стучите, и отворится вам.

Давайте будем отважными, чтобы взять от этой жизни всё, что мы хотим.

Мы старались, как дети, стать счастливыми. И не смогли. Слишком рано мы разуверились, что можем иметь всё.

Если бы кто-то пришёл и показал нам способ иметь всё, мы бы не побоялись последовать за ним. Но нас пугает сама мысль о том, что это сбудется.

Поэтому для начала давайте будем отважными.

## 2

### **Что такое «всё»?**

Иисус сказал:

Всё возможно.

Не нужно объяснять нам, что делает нас счастливыми. Мы знаем это с рождения. Мы знаем, что пришли в этот мир не для того, чтобы есть, работать и умереть.

У нас есть право быть здоровыми и сильными. У нас есть право иметь всё, что нам нужно. У нас есть право найти свою любовь.

И у нас есть высшие права. Мы имеем право быть счастливыми, всё время, каждый день. Имеем право освободиться от страха смерти. Имеем право выполнить своё истинное предназначение: стать тем, кто заботится о каждом живом существе в мире.

Давайте брать то, что принадлежит нам по праву.

### 3

## Звезда Востока

После смерти Иисуса  
его ученики собрались в Иерусалиме —  
И явились им разделяющиеся языки,  
как бы огненные,  
и почили по одному на каждом из них.  
И начали они говорить на иных языках.

Так Христос начал миссию апостолов. Петр был послан на запад. Он заложил фундамент наших великих церквей. Его дела высечены на камне.

Фому же Иисус послал на восток по торговому и культурному пути, проложенному Александром Великим через Персию в Индию. Время и войны стёрли его следы, дороги размыло талыми снегами, но мудрость Фомы достигла гор Тибета, где и обосновалась в безопасности на тысячи лет.

Каждый апостол, страна, и язык сохранили для нас различные аспекты Христа. Давно утраченная восточная ветвь нашей христианской семьи показывает нам то, чем мы обладаем.



## **Сила**

### **4**

## **Универсальный код Христа**

Иисус сказал:

Нет никого среди вас, кто не получил бы во сто крат более и не наследовал бы жизнь вечную, последовав за мною.

Итак, мы начинаем с чего-нибудь маленького и мирского: научимся оставаться здоровыми, сильными и красивыми.

Поскольку если у мироздания есть код, то он должен одинаково хорошо работать как для наших насущных, так и непреходящих потребностей.

Иными словами, возможно, что этот мир и высший мир находятся в точности в одном и том же месте.

Возможно, совершенствуя свой маленький мир, я приближаю мир абсолютный.

Давайте наберёмся смелости увидеть, что наше абсолютное счастье начинается с создания счастья здесь.

## 5

### Истинный образ

На горе Бог дал Моисею десять заповедей,  
одной из них была —  
Не сотвори себе кумира.

Но что это означает? И почему это так важно для нас?

С одной стороны, мы просто не способны создать образ божественного. Любая наша попытка сделать это будет несовершенной и обманчивой, как попытка ребёнка нарисовать лицо своего родителя.

Но образы несовершенны также и в более глубоком смысле. Когда разные люди смотрят на одну и ту же вещь, все они видят её немного по-разному.

Где же тогда настоящая вещь? Что является истинным образом Бога? Может, просто ни один из тех, что мы можем создать, таковым не является. А может, это и есть его истинный образ. Будьте терпеливы. Это то, что предстоит узнать.

Если у мироздания есть универсальный код, то он должен быть чем-то, о чём мы раньше и подумать не могли.

## 6

### **В начале было слово**

В первых словах Евангелия от Иоанна говорится:

В начале было Слово.

Почему мы все видим что-то другое, когда смотрим на одну и ту же вещь?

Я смотрю на картину и вижу её прекрасной. Ты смотришь на ту же картину и видишь её безобразной. Это доказательство того, что красота, которую вижу я, не может исходить из картины.

Тогда это должно исходить из меня.

Мы видим машину в первый раз, и мама учит нас слову, которым она называется – «машина».

Но вы увидели машину до того, как узнали её название. Вы уже знали, где её начало и конец. Она как-то уже была внутри вас. Картинка в вашем сознании – это истинное слово для «машины». И это слово было первым.

Возможно, то, как моё тело выглядит и чувствует себя, исходит из... меня.

## 7

### Как начиналось слово

Иисус сказал:

Клянусь, что настанет день, когда придёт расплата  
за каждое произнесённое тобою слово.

Слова-картинки всплывают из нашего сердца и определяют то, как мы видим мир. Но кто ставит определённую картинку на первое место?

У нас есть рабочая память, которая помогает нам вспомнить купить кое-что в магазине по дороге с работы домой.

И у нас есть глубинная память, где записывается абсолютно всё, что мы сделали, или сказали, или подумали в течение всей нашей жизни.

Я иду по траве. Бабочка садится перед моей ногой. Я делаю шаг в сторону, чтобы её не раздавить.

Это маленькое доброе дело попадает в мою глубинную память и остаётся там, медленно превращаясь в слово, в образ.

Позднее этот образ всплывает как прекрасная картина.

## 8

### Делай другим

Иисус сказал:

Делай другим так, как бы ты хотел, чтобы делали тебе.

Итак, прекрасная картина создаётся из образа, или семени, которое я посадил в собственном сознании, когда делал что-то хорошее для других.

Мечтаю ли я о прекрасной жизни или о сильном и здоровом теле, всё, что мне нужно сделать, – это посадить правильные семена в своём сознании, делая то же самое для других людей.

Давайте смело посмотрим правде в глаза: мы можем получить только то, что дали другим.

## 9

### Сторож брату моему

Каин спросил Господа:  
Разве я сторож брату моему?

Собственно, почему я должен заботиться о других так же усердно, как и о себе?

Если мысль о глубинной памяти верна, то замечать, что нужно другим людям, – это самое мудрое, что мы можем сделать.

Если ты заболел, и я откладываю свои дела, чтобы помочь тебе, я вношу свой вклад в твоё здоровье. Когда я вижу себя заботящимся о тебе, то новые семена закладываются в моей глубинной памяти. Они превращаются в слова-образы и когда всплывают в сознании, то я чувствую своё тело более сильным.

Когда я решаю стать «сторожем брату моему», то я берегу нас обоих.

## 10

### Не убий

Бог сказал, и Иисус повторил:  
Не убий.

Таким образом, из-за нашей глубинной памяти, мы делаем себе то, что мы делаем другим.

Мы говорили, что наше первое право в этой жизни – это право иметь сильное и здоровое тело. Если я не хочу, чтобы оно старело и болело, или просто хочу быть подтянутым привлекательным или более энергичным, то единственный способ добиться этого – защищать жизнь и здоровье тех, кто меня окружает.

Почему аспирин помогает одному и не помогает другому? Почему упражнения делают одного стройным, а другого больным?

Красота картины исходит из меня. Поэтому мы должны начать осваивать искусство защиты жизни других.

## 11

### Последняя из моих заповедей

Иисус сказал:

Ты слышал, что я говорил им в прежние времена,  
«не убий». Но я говорю тебе, что тот,  
кто просто разгневался на брата своего,  
уже в большой опасности.

Иисус рассказывает нам, что мы никогда не должны убивать, ибо убивая других, мы разрушаем свои собственные тела точно так же, как и тела убиваемых.

Мы мысленно возражаем: «Но я никого не убивал, и, тем не менее, я болею, и мои силы истощаются из года в год».

И Иисус отвечает, что этого недостаточно, совсем недостаточно. Мало просто не убивать. Мы должны защищать жизнь, мы должны уважать жизнь.

Мы должны постоянно проверять себя и искоренять даже самые мелкие действия, которые могут причинить вред другим.

Мгновение неосторожного вождения, упавшая ручка, забытая на полу или одна гневная мысль могут привести к большим последствиям.



## 12

### Война не помогает

Иисус сказал:  
Но кто ударит тебя  
в правую щеку твою,  
обрати к нему и другую.

Мысль о том, что наш мир может исходить из нас самих из того, что мы делаем другим – ставит под сомнение все наши представления о том, как надо отвечать на насилие.

Если кто-то дома, или на работе, или в любом другом месте сделал мне больно, то на самом деле это лишь картинка из моей глубинной памяти – эхо вреда, нанесённого мною в прошлом кому-то ещё. Если я сейчас отплачу обидчику, то посажу новое семя, которое вернётся ко мне болью в будущем. Так могут возникнуть, например, боли в спине.

Подставляя другую щёку, отказываясь причинять вред тем, кто вредит нам, мы поступаем не только самым правильным образом, но и самым мудрым.

На самом деле мудрость и делает такой ответ правильным.

## 13

### Мудрость нашего выбора

Иисус сказал:

Так, как ты поступаешь с самым малым из существ,  
так поступаешь ты и со мной.

Как и следовало ожидать, некоторые аспекты учения Иисуса сохранили большую ясность в мудрости Индии и Тибета.

В этих традициях сказано, если мы надеемся сохранить собственные силы и здоровье, мы должны оберегать жизни как тех, кто уже родился, так и тех, кто ещё не родился. Жизнь и сознание, говорят эти учения, зарождаются в момент зачатия, в тот самый момент, когда сперма встречается с яйцеклеткой.

Стоит узнать, как слово Христа пришло на Восток, неся знания о мудрости нашего выбора, который оказывает воздействие и на других, и на нас самих.

## 14

### Ни единая пташка

Иисус сказал:  
Ни единая пташка не забыта  
пред Богом.

Животные могут быть неиссякаемым источником удовольствия в нашей жизни. Счастливый пёс, виляющий хвостом, кошка, мурлыкающая у нас на коленях, – всё это наши простые радости. Мы знаем, что у наших питомцев есть чувства; радуя их, мы сами чувствуем себя лучше.

Поэтому, уважая жизнь, мы должны уважать жизни всех существ: даже тех, кто намного меньше нас, и тех, кто не умеет разговаривать, как мы. В конце концов, то же самое можно сказать и о человеческих младенцах!

Иногда случается, что мы, ведя машину, не можем избежать столкновения и раним животное. Но совсем другое дело убивать их целенаправленно или, скажем, из спортивного интереса. Здесь у нас есть выбор не делать этого.

## 15

### Красота

Это был один из способов сделать своё тело сильным и полным энергии. Мы также можем посеять в глубинной памяти семена, которые сделают нас и более привлекательными.

В красоте нет ничего предосудительного. По сути, наша конечная цель – это обрести ангельское тело. Но сейчас мы опережаем самих себя.

Семя красоты закладывается одним простым действием: не злиться, когда очень хочется разозлиться.

Пётр сказал Господу:

– Сколько раз должен обидеть меня брат мой, чтобы я прощал ему? До семи раз?

И ответил Иисус:

– Я никогда не говорил тебе «до семи раз», скорее семьдесят раз по семь.

## 16

### Искусство питания

Мы постоянно видим Иисуса соблюдающим пост для усиления молитвы. Нередко он просто забывает поесть.

Многие из нас, живущие в странах с огромным количеством еды, обнаруживают, что не могут больше контролировать свой аппетит. Простой приём пищи, который должен сделать наше тело сильнее, превратился для многих из нас в угрозу здоровью и жизни.

Есть простой способ контролировать своё питание. Давайте применим то, что мы узнали о глубинной памяти.

Как только у нас появляется возможность помочь кому-то другому питаться разумнее, мы сразу это используем.

Если друзья приходят в гости, мы предлагаем им съесть что-нибудь полезное.

Такое служение окружающим возвращается к нам, и мы просто больше не захотим есть слишком много или есть не полезную для нас еду.

Понимая слова Христа в новом свете, в свете его учения, распространившегося на Востоке, мы можем опять стать здоровыми и вернуть себе энергию и внешность молодых людей. Со своим новым, сильным телом мы отправляемся дальше: реализовывать наше право иметь всё, что мы хотим и в чём нуждаемся.

## **Уверенность**

### **17**

#### **Мой единственный господин и хозяин**

Мы говорили о сокровищах, которые спрятаны в восточной ветви учения Христа. Нам будет легче принять и применять эту мудрость, когда мы узнаём чуть больше о её истории.

Начало нашего рассказа также представляет собой важный урок. Он о том, как апостол Фома был послан в Индию, о чём повествует древний сирийский манускрипт под названием «Деяния Фомы».

Как мы знаем, Иисус являлся апостолам несколько раз после смерти для того, чтобы дать им указания относительно их дальнейшей миссии.

## **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.