

Делія Стейнберг

# Філософія для життя

Пізнати себе краще



# Делія Стейнберг Гусман Філософія для життя. Пізнати себе краще

*предоставлено правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=22037453](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=22037453)*

*Делія Стейнберг «Філософія для життя. Пізнати себе краще».*

*Літературно-художнє видання: Культурна Асоціація «Новий  
Акрополь»; Київ; 2014*

*ISBN 978-966-97200-1-6*

## Аннотація

Делія Стейнберг зуміла екстрагувати все найкраще з Історії світової Філософії, з якою так добре обізнана. Отож, в її словах чутно відгомін її улюбленого автора Марка Аврелія, філософа-стоїка, що відкрив для нас універсальний закон, який пульсує в зоряному небі, що багато сторіч потому виклав іншими словам Кант. Подеколи її войовниче обстоювання свободи індивіда та його соціальної відповідальності нагадує нам мудрість давнього Китаю, що її виписав Конфуцій... Також ми ознайомлюємося з кращим спадком мудрих пресократиків, які неодмінно покликаються на Природу та їх тайнощі...

Тверда й ґрунтовна основа гарантує синтетичність цієї праці, що її нам пропонує Делія, разом з її тривалим досвідом діалогу та спілкування з різними людьми в різних краях світу, які мали нагоду слухати її курси та лекції.

# Содержание

Філософія для життя	4
Пролог	4
Вступ	9
Філософія для еволюції	14
Філософія для кращого життя	21
Про те, як долати проблеми	25
Влада часу та енергія	29
Наші дії	33
Страх і звага	40
Любов до природи	44
Кінець ознакомительного фрагмента.	47

# **Делія Стейнберг**

## **Філософія для життя.**

### **Пізнати себе краще**

## **Філософія для життя**

### **Пролог**

#### **НАТХНЕННІСТЬ ФІЛОСОФІЄЮ**

Філософія, безперечно, знову починає викликати зацікавлення як метод віднайдення втраченого сенсу життя, як осяжний для кожного шлях без огляду на культурні відмінності чи релігійні вірування. Аби заохотити це добротворче прилучення до такого шляхетного заняття, ЮНЕСКО нещодавно відзначила «Світовий День Філософії» на визнання цього давнього і водночас нового почину. Така поновлена зацікавленість шириться світом у формі небезкорисних порад читати і осягати розумом великих мудреців, що є протиотрутою від нашої затурбованості посеред плиткої поверховості життя, з якою ми підступаємося до важливих питань, а потім

відчуваємо порожняву та занепад духу, не знаходячи ключів до розгадки нашої екзистенції.

Але ми також знаємо, що незрідка подібні шукання призводять до цілковитого скептицизму, позаяк філософських вчень, що постають перед нами з глибин історії та з нашого сьогодення, аж так багато, і вони такі різні, часом з контраверсійними конклюденціями, що ми не годні обрати котресь одне, тож лишаємося сам на сам з релятивізмом, який паралізує дужче, ніж саме заперечення Філософії як шляху пізнання та щастя.

Делії Стейнберг вдалося уникнути цих принагідних підводних рифів. У цій праці вона дає нам справжній урок філософічного натхнення, що сягає своїм корінням в кращу сократичну і піфагорійську традицію, тобто в саму першопричину філософування, принаймні стосовно до західної цивілізації грекоримського походження. Філософія як спосіб життя постає перед нами припрошенням до дії і водночас до пересвідчення, що ми живемо у всесвіті в постійній зміні та оновленні – ритмі, з яким маємо перебувати в гармонії.

У філософії Делії Стейнберг немає премудростей на кшталт загальновідомих аксіом чи безперечних істин, натомість маємо витончену підказку, великодушний намір товаришити нам, прозорливе завбачення запитань, які в нас виникають щойно ми наважуємося ступити на територію філософського пошуку. В її товаристві ми поступово починаємо розуміти, що означає життя з філософією, що означає жити

краще, більш змістовно й усвідомлено.

І якщо іноді нам кортить затриматися на суто теоретично-му спогляданні досягнутого, нове запитання – одне з багатьох, що їх дуже вдало сформулювала і розподілила упродовж своєї праці Делія, – припрошує нас продовжити наш процес навчання, наш діалог з позачасовою Філософією у викладі нашої авторки, з неперебутньою мудрістю, попри минулі уподобання та обставини. Йдеться про те, що ми маємо повсякчас вивіряти наші переконання, принципи, якими керуємося в своєму житті, на дієвість і здійсненність, адже Філософія, про яку веде мову Делія Стейнберг, є винятково практична, а якщо філософія не дає нам відповідей, яких ми шукаємо, а відтак втілення кращого світу в діях, то вона нічого не вартує, ба більше, її годі називати Філософією в первісному розумінні.

На сторінках цієї праці ми вступаємо з авторкою в діалог як в класичну добу. Вона ставить нам навідні питання, лишаючи простір і розлінований ритм, аби ми почули в собі їхнє відлуння. Її припрошення жити, реалізовувати, розбудовувати є таким наполегливим, що часом ми відчуваємо потребу здійснити на практиці її поради і впевнитися в їхній ефективності, щоб потім знову повернутися до захопливого читання її одкровень.

Делія Стейнберг зуміла екстрагувати все найкраще з Історії світової Філософії, з якою так добре обізнана. Отож, в її словах чутно відгомін її улюбленого автора Марка Аврелія,

філософа-стоїка, що відкрив для нас універсальний закон, який пульсує в зоряному небі, що багато сторіч потому виклав іншими словами Кант. Подеколи її войовниче обстоювання свободи індивіда та його соціальної відповідальності нагадує нам мудрість давнього Китаю, що її виписав Конфуцій... Також ми ознайомлюємося з кращим спадком мудрих пресоократиків, які неодмінно покликаються на Природу та її тайнощі...

Тверда й ґрунтовна основа гарантує синтетичність цієї праці, що її нам пропонує Делія, разом з її тривалим досвідом діалогу та спілкування з різними людьми в різних краях світу, які мали нагоду слухати її курси та лекції.

*Марія Долорес Фернандес-Фігарес*

\* \* \*

*З подякою моєму вчителеві Хорхе Анхелю Лієразі*

*І не бракувало виправ до зірок, до неозорих просторів перебігливим поглядом у мерехтливому нічному небі, всіяному приязними світилами, у пошуках відсвіту Місяця у водах або сяєва Сонця у краплі вранішньої роси. Тоді я не усвідомлювала, як легко втекти з в'язниці часу. Нині, заплющивши очі, я згадую твої розповіді і знаю, що ми направду мандрували в безмежжі, коли все довкола нас було*

*обмежене та обтяжливе...*  
*Делія Стейнберг, жовтень 1995*



# Вступ

*(Авторські нотатки з лекції «Філософія для життя», прочитаної в Мадриді 16 листопада 2001 року).*

Розмова про життя, про Філософію для життя сьогодні, певне, набуває неабиякої ваги, позаяк останнім часом ми звикли, на жаль, до новин про руйнації, про смерті, про страждання. Перед цією лавиною, що обвалюється на нас, ми вимушені знову заторкувати питання значущості життя.

Саме про це я збираюся говорити сьогодні – не про смерть, а про життя, і, як на те, навести один припис для життя, прадавній припис, що існував упродовж багатьох сторіч. Це Філософія: Філософія для життя.

Не хочу нікого стомлювати всякими-превсякими, котрим ліку нема, дефініціями Філософії. Ці дефініції значною мірою залежать від епохи, залежать від філософа. Від критерію східного розмислу чи західної ментальності, або ж від того, якому типу Філософії надається більшої ваги. Дуже непросто знайти дефініцію, яка б нас задовольнила. Тим-то я вертаю назад, у минувшину, на більш як 2500 років, і наведу дефініцію, яку приписують Піфагору.

Вона проста і загальнозрозуміла, адже Піфагор не мав наміру давати дефініцію Філософії, а просто відповів на зау-

вагу своїх учнів. Розповідають, що учні Піфагора, слухаючи його навчання, були так зачудовані їхньою глибиною, наставленням філософа щодо життя та його тайнощів, що у захваті мовили: – Вчителю, ти справдешній мудрець! А той відказав: – Ні, я не мудрець, я не sophos, я просто filo sophos; я любомудр, шукач мудрості.

Отак, за переказом, у вжитку з'явилося слово «Філософія», яке означає, ні більш ні менш, любити знання, шукати його, не вважати, що ним володієш, а йти услід за тим, що, без сумніву, існує, тож маємо його віднайти.

Саме поняття любові до мудрості лежить в основі того, що ми називаємо Філософією класичного зразка, а не класичною Філософією. Говорячи про класичну Філософію, ми можемо посилатися на класицизм багатьох культур, адже кожна цивілізація, кожен народ мав свою класичну добу, добу розквіту, золоту добу. Для нас, на Заході, говорити про класичну Філософію означає посилатися на давню Грецію, на Грецію великих філософів, на Сократа, на Платона, на Аристотеля та на всіх їхніх наступників і попередників.

Але ця класична Філософія прив'язала би нас до певного часу, певної доби. Ми обираємо ми обираємо філософію класичного зразка. Що це означає? Це означає спосіб життя всіх народів за класичної, золоті доби, за часів розквіту. Це означає пошук спільного знаменника, який уможливив усім цивілізаціям досягнення цього своєрідного й високорозвиненого етапу. Як цього було досягнуто? Вони шукали. Шука-

ли мудрість найрізноманітнішими шляхами, перетворюючи Філософію на науку, достосовну до всіх царин життя, а не тільки до певної сукупності дефініцій чи специфічної сфери розмислу.

Всі народи, що сягли Золотої Доби, послуговувалися своєю Філософією як велетенським віялом, що, розкриваючись, охоплює геть усе і здатне знаходити вирішення, відповіді, способи дій у будь-якій сфері людської діяльності. Тимто нас цікавить Філософія для життя саме класичного зразка, Філософія, що пробуджує в нас також поривання до вершини, класичний дух, вищий стан, золоту іскру.

Ця Філософія класичного зразка ставить великі запитання і дає належні відповіді. Запитувати – це добре, всі ми запитуємо, але не можна жити лише запитуючи. Жити запитуючи – це все одно, що підступити до заставленого наїдками столу, але не спромогтися скуштувати жодного з них. Усі ми ставимо запитання, але реально живимося відповідями.

Така невpokійна натура людини, що змушує її ставити запитання, це щось предковичне, прадавнє. Відколи людина стала людиною, вона ставить запитання. І якщо нині нам видається, що людина перестала це робити, ми впадаємо в оману. Вона так само невpokійна.

Буває, що дехто непомалу стомлюється не знаходячи відповідей, а відтак воліє забути свої запитання.

Хтось інший стомлюється від надміру відповідей, не знаючи, як з ними бути. Їх стільки, що вони спростовують одна

одну. Не знаючи, котре з відповідей вибрати, їх просто відкладають усі поспіль набік.

Ще хтось стомлюється від того, що ніхто не вказує практичного, простого шляху до відповідей, але треба вчитися знаходити відповіді. Не мавши поради в усіх життєвих питаннях, який би нас напугав, підказав відповіді або, принаймні, як їх знайти і що з ними чинити, ми поминаємо свої важливі запитання, не помічаючи їх.

Не варто думати, що нині люди втратили допитливість чи їм бракує невдоволення. Ні! Вони просто стомилися. Тимто треба повернути їм надію за допомогою Філософії, яка має бути така сама позачасова, така сама без-часова і така сама поза-модна, як і ці запитання – запитання, котрі людина ставить завжди і котрі не залежать не від якої моди.

Відповідей на ці змістовні, інтимні запитання не дасть жодна модна Філософія. Маємо вдатися до позачасової Філософії. Модна філософія сьогодні скаже нам одне, завтра – геть протилежне. До того ж, щоб бути модним, треба бути оригінальним. Щоб бути модним, неможе повторювати те, що вже сказав хтось інший.

Позачасова Філософія не може бути в моді і не може нікому належати. Позачасова Філософія, яка справді відповідає на нашу невдоволеність, окрім того, що не є в моді, має бути практичною, дуже практичною.

Коли нас щось непокоїть, а нам пропонують відповідь, треба зуміти перевести її в життя. Якщо котре відповідь

практична, то вона вітальна і може придатися мені в житті. Якщо я не можу дати раду цій відповіді, то навіщо вона мені? Якщо відповідь не може існувати поза моєю головою, то навіщо вона мені? Якщо відповідь не залагоджує мої проблеми і мої страждання, то навіщо вона мені? Оце і є Філософія для життя – практична, позачасова. Оце і є та Філософія, якої, на мою думку, всі ми шукаємо...

# Філософія для еволюції

*Все життя – це тривала подорож, а швидкість – звичайна ілюзія; байдуже, яким екіпажем послуговуватися, важливо, яким Шляхом ми простуємо.*

*Делія Стейнберг*

## Еволюція, потреба душі

Як філософів, нас не задовольняє ідея статичного Людства, що прагне матеріальних набутків, але без більших внутрішніх змін. Еволюція – дещо доконечне і чудове, як довший чи коротший шлях залежно від нашого бажання йти, своїми високими й величними цілями – прихованими пориваннями душі, що являють себе в непевних відчуттях, які не надаються до витлумачення словами. Все це криє в собі химерний дивовижний і невідворотний поняття Долі.

## Довгий чи короткий шлях: залежить від нас

Що до довжини нашого шляху, то, поміркувавши, ми дійдемо висновку, що шлях буде тим довший, чим загайніше буде наше рішення реально еволюціонувати.

Якщо ми граємося в «буття», щодень ширяючи у хмарах, шлях буде довгий-предовгий... Якщо ж, навпаки, ми цінуємо кожен день, щоб зробити щось конкретне для нашого внутрішнього пробудження, то відстані дивовижним чином скоротяться. Цілком можливо, що після цих маленьких осягнень, про які ми згадували вище, з нами відбудуться трансформації, які годі й уявити.

## **У чому нам допомагає Філософія?**

Ми вивчаємо Філософію в пошуках мудрості, якої нам бракує, щоб поступово відкривати закони, яким підпорядковане життя, а відтак і ми самі. Щоб панувати над своєю особистістю, зробити її більш гармонійною та поділитися з іншими результатами наших досвідчень, уникаючи по змозі зайвих гризот. Щоб зрозуміти причину таких позірно незв'язаних між собою явищ, як біль, хвороба, злидні, насильство, божевілля, зненависть, різні страхи... Щоб розпізнати поза невідповідностями випроби, які ставить перед нами життя для співпраці в жаданому еволюційному поступуванні. Щоб виявляти активність в Історії і не гаяти час у марних наріканнях; щоб спиратися на спадковість традиції і генерувати нові шляхи до майбутнього. Щоб пробудити приспане чуття людської солідарності і подивитися на всіх, як на вартих нашого розуміння істот. Щоб зняти запону з таїни Бога і вкрити наші душі цими таємничими запонами, повернувши їх на

свою справдешню батьківщину.

Що ми здобудемо? Та чи потрібен більший здобуток, ніж той, про що мовилося вище?

## **Мати більше чи бути кращим?**

Мова про те, щоб більше бути, перш ніж хотіти мати більше. Врешті-решт, багато людей являють свою спроможність мати багато речей, гайнувати їх або втрачати в один день, але мало таких, що мають ключа до внутрішньої істоти, контролюють своє життя, свої почуття, здатні співстраждати болю, непохитність у випробах, вище розуміння того, хто ми є, звідки прийшли і куди йдемо.

## **У пошуках дієвої Філософії**

Злощасне викривлення понять та слів, якими вони передаються, призвело до того, що Філософію зчаста плутають з пасивною і медитативною діяльністю, з таким собі ментальним виявом, не має ніякого впливу ні на наше фізичне тіло, ані на наші чуття.



## **Вивчати Філософію ще не означає бути філософом**

Навіщо потрібна філософія, яку не відчують, яку не люблять, навіщо потрібне знання, яке нас не порушає, не змушує вібрувати? Навіщо вібрують нейрони? То все марниця.

Так, наші нейрони мають вібрувати, але й серце теж. Будь-яку нашу думку має супроводити сильне почуття.

І це ще не все. Треба думати, відчувати і діяти. Треба також узгоджувати те, що ми думаємо, те, що відчуваємо, і те, що робимо. А коли ці три елементи узгоджені, ми є філософами, адже існує величезна різниця між двома поняттями: вивчати Філософію та жити Філософією. Вивчати Філософію може кожен. Вона може подобатися чи не подобатися, її можна розуміти чи не розуміти, але вивчати можна. Бути філософом – це дещо інше. Це певне ставлення до життя, це мистецтво. Втім, і філософом може бути кожен. Власне, легше бути філософом, ніж вивчати Філософію, позаяк філософ – це кожен, хто ставить запитання з відповідною невпокоєністю і щиро, а відтак шукає, теж щиро, відповіді. Ми прагнемо бути філософами, а не просто вивчати Філософію.

## **Філософія що буде**

Ми пропонуємо Філософію для людини будівничої, для людини, яка сама себе розбудовує. Гадаю, що для нас це найвище звання. Якщо нам коли-небудь закортить якоїсь відзнаки, якогось звання, то всі ми маємо просити саме звання будівничого, щоб розбудовувати самих себе і суспільства, до яких належимо, щоб мати змогу вдосконалювати себе і світ, в якому живемо.

## **Філософія як любов і трансформація**

Якщо Філософія – це любов до мудрості, то силою цієї любові має виникнути рух. Любов не може пробувати в безруху, бо вона шукає того, чого потребує, того, чого жадає. Бути філософом вимагає руху, позаяк це: Любов, що завжди вимагає більшого і спонукує до того.

Постійна актуалізація всього того, що знаєш, або вважаєш, що знаєш. Перечитування вже читаного, дослухування до того, що, як вважаєш, зрозумів, бо новий пошук дає нові досягнення.

Постійна актуалізація засобів для досягнення бажаних результатів. Ми не завжди ті самі, і те, що вчора могло бути знаряддям, сьогодні може стати перепорою на шляху.

Ревізія і трансформація себе самого. Ревізія – це можливість щодень народжуватися.

Розуміння ближніх, їхніх сподівань та потреб.

Мудрецям належить самостійність, але тільки невігласи не мають вчителя.

## **Природа Філософії**

Уявімо собі дерево. Його вегетативне життя являє себе в тривкій деревній природі. Його дерев'яний стовбур розгалужується зусібіч своїми незліченними життєвими формами. Гілки, своєю чергою, вкриті листям, квітом і плодами, властивості котрих залежать від породи дерева. Але було б безглуздо визначати дерево кількістю і розміром його гілля чи листя, його квіту та плодів. Нам важить те, як вони себе являють, їхній зв'язок зі стовбуром, адже без стовбура не було б нічого іншого.

Така і природа Філософії. Це твердий стовбур дерева. Від його стійкості та незмінної деревної кондиції залежатимуть його гілля і листя, а також якість його квіту і плодів. Якщо наш стовбур – це любов до мудрості, то сила любові дасть місце гілкам знання, а на них розбрунькується квіт пізнання, що перетвориться на плоди для Людства.

Філософська природа двоїста: шукати і давати, знаходити і ділитися, бути багатими і водночас великодушними.

Повертаючись до нашого дерева, зазначимо: одна річ – те,

що ми бачимо, й інша – коріння, яке ховається в глибинах землі, а втім, є його найважливішим аспектом.

Без коріння немає життя, а без життя немає філософії. Про яку любов до мудрості можна говорити, якщо немає життя? Любов є суто вітальне явище, що потребує коріння, яке б її живило і давало змогу перебути всі буревії та труднощі.

Приховане коріння не уникає правдивого пошуку того, що належить до філософської природи, а домагається глибшого пошуку, спрямованого на причини, а не на очевидні наслідки.

# **Філософія для кращого життя**

## **Від мрій до дій**

Наші ідеї вартісні, якщо вони позитивні та обґрунтовані для нас та для інших, якщо ми можемо поєднати їх з кращими почуваннями, аби потім застосувати, як належить. Чиста ідея, без почування і без подальшої дії, приречена на фіаско.

Повсякденне життя свідчить, як важко буває зреалізувати те, що ми думаємо; ми воліємо лишатися при своїх мріях або, радше, сновиддях, притлумлюючи таким чином наші бажання і уникаючи зусиль, яких потребує кожна ідея, аби стати конкретною реальністю.

## **Вчитися діяти**

Треба розуміти те, що ми вивчаємо, тобто, видобувати з книжок ті ідеї, які можуть нам прислужитися, особливо коли ми сприймаємо їх як вартісні й доконечні. Треба вчитися діяти, щодень помилятися і знову радо торувати новий шлях. Але, над усе, попри помилки та розчарування, треба щось робити, щось урухомлювати в собі і в світі. Все інше не Філософія, а ментальна гімнастика. Раз у раз питайся в

себе, чого ти вчишся і що знаєш; усвідом, що робиш, і зможеш собі відповісти.

## **Від інтелектуального знання до дії**

Студіювання та читання, навіть обдумування прочитаного і вивченого замало. Треба вміти діяти згідно з інтелектуально осягнутим, а всяка дія потребує поступового вироблення навички аж до досконалості. Щоб успішно зреалізувати себе, потрібна впевненість у собі; не відступати перед труднощами, ніколи не сумніватися в успіху задуманого. Навпаки, треба реагувати рішуче й охоче на нові вимоги життя і розглядати їх як важливі, бо вони того варті; набутки, як природний наслідок, не змусять на себе чекати.

## **Ментальна допитливість чи потяг до знань?**

Ментальна допитливість — це звичайне поверхове і несуттєве подразнення, натомість потяг до знання разом з гарячим і рішучим серцем вартує більше, ніж пустопорожня веломовність. Потяг до знання і рішуче серце являють себе своєрідно: не покладаючи рук і не зневіряючись, докладаючи стільки зусиль, скільки необхідно, повертаючись до своїх помилок і виправляючи їх, повторюючи свої дії до певної досконалості.

## Ідеї та ідеології

Ідеї, якщо вони недостатньо тривкі, невдовзі помирають. Як і люди, вони народжуються і помирають. Та й ідеології, як вивчення, поглиблення та розвинення ідей, помирають, як і все. Не помирають ті, що живуть ідеями, ті, що втілюють їх у тій чи тій формі на різних етапах Історії. Маємо вчитися цінувати більш вагомі, більш тривкі ідеї, а також пильнувати, щоб ті ідеї, що помирають, поступалися місцем новонароджуваним, які, власне, колись вже існували в іншому вбранні і за інших обставин. Чи не те саме відбувається з людьми і з самим життям.

## Ідеї та їхнє застосування

Вироблене у плані ідей та образів має у тій чи тій формі втілюватися в конкретні справи. Хай результати і не будуть оптимальні й остаточні, найважливіше упевнитися, що ми спроможні перетворити думку на ефективну дію.

Між мріями та реальністю існує така сама дистанція, як між ідеями та діями. Мрії та реальність – це дві шальки терезів, що мають зберігати рівновагу, аби йти життям з меншими стражданнями, якомога рідшими невдачами, а, навпаки, з більшою приємністю і перемогами.

## **Легке і важке**

Легке – це те, що мені вже належить, а важке – це те, що я маю здобути.



# Про те, як долати проблеми

*Жодна людина, чоловік чи жінка, не знає своєї моральної сили, перше її не випробувавши; є безліч людей, котрих більшість має за гідних і поважаних, бо ті ніколи не зазнавали знегод.*

**О. П. Блаватська**

## **Я можу! Можу!**

Проблеми існують не для того, щоб розчавити нас, а для того, щоб випробувати нашу здатність до спротиву. І якщо повсякчасно не прагнути вперед, навіть за найскрутніших обставин, то страх, а відтак і зневіра в собі, дедалі зростатимуть.

Кожна проблема має свій розв'язок, тож його треба шукати. Та не варто сподіватися на досконалий і остаточний розв'язок. Довершене й вивершене не для цього світу. Існують більш-менш вдалі розв'язки, які уможливають подальший шлях; надалі вони можуть поліпшуватись або варіюватися мірою появи нових проблем – неunikна річ у школі життя. Але треба робити спроби, треба докладати власних зусиль, треба зважитися на перший крок і не відступати після невдач. У навчанні, як і в будь-чому, не обійтися без спроб, помилок та корекцій. Але яка то втіха відчувати, що ми та-

ки можемо, що наші невеликі приспані спромоги починають себе являти! Я можу, можу! – це те, що ми маємо раз у раз собі повторювати, щоб дати вихід природнім людським потенціям.

## **Мистецтво ставити запитання і мистецтво чути відповіді**

Запитувати – це добре, але недобре перебирати міру аж до узалежнення від одержуваних іззовні приписів. Треба вміти ставити перед собою запитання, а відтак самому шукати одну чи кілька відповідей; якщо жодна не годиться, слід звернутися по сторонню допомогу. Шлях істинного знання торують не запитаннями та відповідями, що чергуються у беззмінній і безрезультатній діалектичній грі. Знання має бути врівноважене, неквапливе, аби уможливити рефлексію і внутрішнє засвоєння. Запитання – це відчинені двері, а відповідь – новий персонаж, що входить в наше життя. Треба впустити відповідь – персонаж, що приносить нам варту уваги повідомлення.

## **Спробуймо?**

Ніхто не може зробити щось до ладу за першим разом. Усі, навіть найбільші мудреці і Вчителі, потребували якогось

часу на практику і навчання. Всі вони намагалися, – що й ми маємо робити, – застосовувати знання, роблячи власні помилки. Маємо теж потроху просуватись уперед, як і кожен, хто це робить усвідомлено. Річ не в механічному повторюванні дій і в залагодженні формальних ситуацій. Роблячи те, чого ми прагнемо, треба дивитися на себе збоку, спостерігати за собою, аби пересвідчитися, чи правильно ми діємо, чи, попри помилки, таки вдосконалюємося. Але майтеся на бачності! Те, що іноді ми нібито робимо поступ, – і це напевне так, – ще не означає, що ми не можемо повернути назад, до тих самих хиб, що їх, як гадаємо, подолали. Не слід лякатися. Якщо ми «повертаємо назад», то це означає, що ми не здолали стільки сходинок, як вважали, або ж наш здобуток потребував більших зусиль, щоб бути тривкішим. Різниця між початковими помилками та повторними полягає в тому, що у другому випадку ми здаємо собі справу з того, що відбувається, а це вже немало. Цього достатньо, аби наполегливо рухатися далі.

## **Нас вчить саме життя**

Доконче розуміти, що в тому, що з нами відбувається, є певний сенс, а доля, життя, боги, чи хоч як називати причинно-наслідковий зв'язок, не є чистою випадковістю.

Щоб вийти переможцем у якійсь випробі, хай як важко нам було на початку, треба знати причини, багато причин,

що зумовлюють наявний наслідок.

Знання причин – перший доконечний крок до розв’язку. Але самого знання замало для розв’язання певної проблеми.

Знання, яке не виходить за межі раціонального, або, принаймні, справляє певний емоційний ефект, втрачає будь-який сенс, якщо не прямує природнім шляхом до дії.

Другий доконечний крок для того, щоб карма сповнила свою місію формування людини, – розпочати діяти.

Скажімо, ми маємо певне утруднення в житті. Обміркувавши ймовірні причини, треба підготувати план дій і застосувати його на практиці. Передусім застосувати на практиці. Хай наш план і не буде досконалий і не покладе край проблемам, та краще помилятися діючи, ніж перебувати у бездіяльності зі страху помилитися. Хто помиляється, але діє, той інтегрує в собі практику руху, поступування, позбувається інерції і поборює страх. До того ж, розвиває інтелект, аби поступово навчитися вибирати кращі й ефективніші рішення.

*Карма: згідно з філософією індуїзму, закон, що пов’язує причини з відповідними наслідками: тобто, кожна дія породжує адекватну реакцію чи наслідок.*

# Влада часу та енергія

*Ми запитуємо, що таке життя, і відповідаємо: енергія. Ми запитуємо, що таке любов. Теж енергія. Отож, що прикметно, життя – це енергія, життя – це любов. Де життя, там і єднання. Де життя, там і речі, що зближуються, що узгоджуються, що гармонізуються.*  
*Делія Стейнберг*

## Хронічна втома

Недостатнє зосередження на тому, що ми робимо, недостатнє вникання в те, що ми робимо, стомлює нас більше, ніж коли ми беремося робити це свідомо. Накопичена негативна втома дедалі більше скорочує періоди позитивної втоми. Суєтність, надмір егоїстичних та депресивних емоцій, безупинне кружляння довкола тих самих кругойдучих ідей у безвиході призводить до неминучої виснаги. Відпочивати в таких умовах дуже непросто, якщо не сказати – неможливо. Не варто раз у раз перепочивати пливучи у воді або усамітнюватися на кілька днів, щоб ні про що не думати і спробувати забути свої гризоти. Ці перепочинки є масками, вивертами й пастками, ілюзіями, які, зрештою, поступаються задавненій втомі, не даючи енергії для нових циклів актив-

ності.

## **Вміти відпочивати**

Стомлює те, що нас не цікавить, або те, чим ми не здатні зацікавитися; стомлює нездатність перепочивати у процесі праці; стомлює нудна механічність, що не передбачає участі свідомості.

Зарадити може цікавість до того, що ми робимо, свіжий погляд і прагнення пізнати все, що відбувається довкола нас, у нашому світі, залишаючись самим собою і вживаючись в усе, до чого ми прилучаємося. Дихати чистим повітрям, дивитись у небо і губитися в ньому, споглядати танець вогню чи плин води, торкатися листя якоїсь рослини чи гратися із свійським звірятком; гомоніти з тими, кого ми любимо, або читати авторів, якими ми захоплюємося; ділити з кимось трапезу, філіжанку кави або втіху від прогулянки, знати, що ми вічні, і знати, що маємо досить часу і на найдрібніше, і на найбільше.

Відпочивати – це, власне, не стомлюватися невчасно й не до речі від того, що не вартує нашої втоми.

## **Таємниця енергії**

Непросте мистецтво бути самим собою потребує постій-

ного відновлення задіяних енергій. Всі ми маємо певну кількість енергії, котра, якщо ми її вичерпуємо з перших спроб, розсіюється і лишає відчуття порожняви та розладу. Енергія, як і всі сили всесвіту, витрачається і відновлюється циклічно. Енергія, яка свідомо урухомлюється, автоматично породжує нові енергетичні джерела, що слугуватимуть нам і завтра, тож ми стаємо щодалі сильнішими.

## **Нашу енергію урухомлює зусилля**

Всі ми маємо певну кількість енергії у своєму розпорядженні, зазвичай значно більшу, ніж ми гадаємо, та якщо її не використовувати, вона видається слабкою і недостатньою.

Ця енергія охоплює всі плани людини – від фізично-тілесного до тонкого плану волі. Фізичне зусилля легко уявити, хоча зробити його не так легко, але ми, принаймні, знаємо, про який тип енергії йдеться. Натомість не так просто розпізнати зусилля, енергію на психологічному, ментальному, моральному, духовому рівнях.

На тонших планах зусилля пов'язується з добрим настроєм, з піднесенням. Психологічно це енергія, яка дозволяє нам бути спокійними, врівноваженими, активними, непадлеглими негативним і нав'язливим почуттям. Треба докласти зусиль, задіяти багато енергії, щоб досягти такого особливого стану, але це того варте.

Ментальна енергія використовується для увиразнення

всіх ідей, якими ми переймаємося, аби виплутатися з густих туманностей, де все має нечіткі обриси. Ця енергія необхідна для упорядкування всіх наших ідей, для гармонійного їх пов'язання у чудовій архітектурі розмислу. Треба докласти зусиль до того, щоб витворити з інтелекту царину організованих і вартісних форм, і це, безперечно, того варте.



# Наші дії

*Одна з найбільших помилок людей: вони знають, як і що робити, але коли настає на те час, усе роблять так, немов цього не знають... Річ не в тім, щоб знати більше, а в тім, щоб жити тим, що знаєш*

*Хорхе Анхель Ліврага*

## **Я нічого не робитиму: обставини несприятливі!**

Це можна витлумачити десь так: коли все складатиметься на краще, коли кожна річ буде на властивому місці (або на тому місці, яке я вважаю таким), коли сприятливо вишикуються всі зорі, коли виникнуть відповідні обставини, коли вирішаться деякі відкладені проблеми, коли завершиться ремонт у моїй оселі, коли я поміняю місце праці, коли скінчу свої студії...отоді вже я зможу діяти напевне.

Звісно, такого бажаного для нас збігу обставин ніколи не буде. Або ж бажане нами нездійснення, і, знаючи це, ми й уникаємо дії.

Кожній дії свій час і місце, і, попри пов'язання з багатьма іншими обставинами, вона все-таки має певну самостійність. Якби це було не так, ми б ніколи нічого не робили. Унезалежнюючи дії, що їх ми маємо зреалізувати, нам, мож-

ливо, вдасться залагодити безліч зовнішніх несприятливих обставин.

## **Якщо я діятиму, що подумають інші?**

Це можна витлумачити десь так: а що скажуть люди? що буде зі мною? чи не втрачу я прихильність і повагу людей? чи зможуть вони зрозуміти, оцінити, усправедливити те, що я робитиму? Існує безліч інших аргументів, що свідчать про страх втратити схвалення чи любов людей, які мають до нас близький стосунок і дещо спільного з нами.

Утім, люди, котрі нас справді люблять, постараються нас зрозуміти, хай би що ми робили, а особливо, якщо ми робимо те, що вважаємо правильним і доконечним. Натомість люди, котрі нас не люблять, і далі нас не любитимуть, хай би що ми робили. Не для того, щоб задовольнити тих і тих ми прагнемо прихильності; наші прихильники можуть змінити своє ставлення до нас через найменшу зміну настрою або через нашу поведінку.

Не завдаючи клопоту людям своєю байдужістю і жорстокосердістю, кожен має робити своє. Якщо ми робимо те, що маємо робити, і розуміємо, що це необхідно для нашого поступування, ми не завдамо іншим більшої шкоди, ніж своєю інерцією та апатією. Зважаючи на те, що інші теж мають робити своє, наша рішучість і щирість у досягненні поставлених цілей може допомогти їм значно більше, ніж наші ваган-

ня та нерішучість.

Хіба інші питають у нас дозволу, щоб діяти? Чи багато людей з нашого оточення або тих, що живуть на наших вулицях і в наших містах, зважають на наше схвалення, щоб жити своїм життям? То чому ми обумовлюємо цими хибними застереженнями схвалення інших? Мова не про необмежений егоїзм, коли кожен робить, що йому заманеться. Ми лише обстоюємо природну свободу дій для кожної людини, якщо це не шкодить іншим, але й не на шкоду самому собі.

## **Страх невдачі**

Страх невдачі унеможливорює дію, спрямовану на досягнення успіху. Перш ніж відмовитися від дії, розум і почуття вимальовують перед нами загрозу невдачі, тож замість цього ризику обирається інший, більший ризик – цілковитої невдачі, бо хто нічого не робить, нічого й не досягає.

Лишиться тільки гіркий присмак страху невдачі, коли навіть не наважуєшся щось зробити або робиш першу невдалу спробу.

Дія відтручає невдачу.

## **Може, обставини урадять за нас?**

Хай багато хто і не любить робити вибір між тим і тим,

але все життя – це постійний вибір. Якщо ми не вміємо особисто й усвідомлено брати на себе таку відповідальність, за нас вибере, спершу поведивши нас манівцями, саме життя, а постійні болючі штурхани пробудять нашу волю приймати рішення у справді важливих для нас питаннях.

## **Від інертності до стабільності: діяти усвідомлено**

Інертність і стабільність на позір подібні. Велика різниця полягає в ступені усвідомленості тієї і тієї. Інертність не потребує усвідомлення; натомість, для досягнення стабільності треба перейти всі ступені руху, долаючи і синтезуючи їх у динамічній рівновазі, яка має активне, свідоме осереддя.

Якщо ми прагнемо знання, то маємо усвідомлювати конкретні переживання та дієві досвідчення. Маємо рухатися від початкових станів несвідомої невпокоєності до постійної вібрації сутності, яка все те охоплює з центру власної сфери. Відтак, усвідомлена дія є заклик до еволюції.

Нас трансформує не знання, а дія, яку ми можемо витворити з того, що знаємо. Нас трансформують не почуття, а адекватний їхній вияв. І не накопичена енергія нас збагачує, а енергія, яку ми урухомлюємо. Історії не змінити, і пальцем не кивнувши, чи руками, які годяться лиш на те, щоб гамувати біль чи пестити; тільки дійсно активні руки здатні на таке диво.

## **Праця розвиває наші здібності**

Життя – це невинний потік. Тож і ми маємо плинути, рухатися, діяти, працювати...

Дія – це потужне джерело енергії, звідки ми беремо для життя більше втіхи, ніж страждання. Ця енергія робить нас креативними, допомагає нам залагоджувати найскладніші ситуації, дозволяє завбачати наслідки своїх дій, навіть не будучи «провидцями». Річ у тім, що дія має в собі магію руху. Хто працює, той розвиває і підвищує свої здібності; саме праця допомагає нам виявляти приховані нахили і досягати неймовірних звершень. Вона гартує нашу волю і зміцнює наш інтелект, навчає нас любові.

## **Дія як звільнення**

Замість шукати звільнення через дію, пошукують звільнення від дії, а оскільки це неможливо, дію приносять у жертву в негативному розумінні цього слова. І навпаки, якщо ми робимо з нашої праці священнодійство, постійні жертвоприносини Богові і нашій власній людській природі, тоді праця стає початком звільнення.

Для ефективної праці треба урухомлювати власну енергію і власне зусилля, а не користати з енергії та зусиль інших

людей. Відтак дія стає служінням, а суб'єкт – філософом.

## **Жадання достатків**

Ми живемо у світі, в якому достаток став основним споживчим товаром. Принаймні для так званих розвинених країн... Не дивно, що для багатьох людей це стає метою існування. Проте, повсякденне й реальне життя являє нам розмаїту панораму. Жадання достатків – біг до без кінця.

Хто завзято й безоглядно шукає достатку поза собою, опиняється у лабіринті, з якого важко знайти вихід, тож можна все своє життя тарабанитися хибними шляхами, що ведуть до інших, ще примарніших шляхів. У такому разі людина завжди залежатиме від інших людей та обставин; вона буде настільки щаслива, наскільки їй на те дозволить оточення, і матиме більший чи менший задовіл від життя залежно від обставин.

Основа будь-якого достатку закладена в душі, яка, за словами професора Хорхе А. Лівраги, «не прагне достатку, бо вона блаженна своєю природою». Душа є мірилом нашого достатку, бо саме душа, якщо вона світла, є джерелом будь-якого достатку.

## **Бездіяльності не буває**

Бездіяльним бути неможливо, просто іноді може видаватися, що в нас усе припинило, нічого не ворухиться. Закони Природи змушують нас до постійної активності, хоча б у ментальному, психологічному, фізичному плані, чи в усіх разом. Але те, що всі аспекти особистості перебувають у постійній дії, ще не означає, що це правильна дія.

Є дії механічні, звичні, що нічого не додають ані нашому розмислу, ані нашій еволюції.

Це елементарні, неунікні рухи світу, в якому все вібрає, в якому все перебуває в дії. І хоча ці рухи зрештою ведуть до вдосконалення, але одна річ – віддатися несвідомій неквапливості плину життя, і геть інша – працювати усвідомлено, згідно з законами Природи.

## **Бути готовим до служіння**

Служіння зазвичай упереджено пов'язують з тяжкою і примусовою працею. Але все навпаки. Це найбільш вільна діяльність людини, якою вона являє свою потребу давати, що вона й робить залюбки й самовіддано, усвідомлюючи, що її дії набувають цінності саме завдяки безкорисливості, якою вона керується.

# Страх і звага

*Неможливе для людини можливе для Бога.  
Хорхе Анхель Ліврага*

## Поборювати страх

Те, що страх є головним ворогом на шляху мудрості, нам відомо, але треба в тому впевнитися. Мудрість полягає не в тому, щоб забивати собі голову безвартісними і безкорисними ідеями (саме зі страху чи з полохливості, або із зручності, що є однією з форм страху та полохливості); мудрість – це наука жити, еволюціонувати, ставати твердішим вдачею і впевненішим.

Звісно, для того, щоб досягти мудрості, треба подолати багато незнаних шляхів, треба торувати собі дорогу нетрями досвідчень; боязко плентатися позаду, гадаючи, що так можна уникнути зустрічей з незнаним, означає відкладати на потім справжнє життя, ба гірше, доживати віку в загроженому страхом усвідомленні того, що міг зробити, але не зробив в очікуванні внутрішнього героя, який так і не народився; це означає і далі жити в тенетах затишку й комфортності.

Життя – це скарбниця мудрості, адже щокроку ми вчимося переборювати страх. Мова про твоє життя, про твої кро-



ки. Не бійся.

## **Як ми розуміємо справжню звагу?**

Хоча дехто розрізняє звагу свідому та звагу інстинктову, ми, як і Платон, вбачаємо тут двоїстість людської натури, причина якої в тому, що індивід не спромігся упорядити самого себе. Якщо є порядок – форма справедливості, – то є і згода між раціональною рефлексією та почуваннями, хай які вони інстинктові.

Коли гору бере інстинкт, то звага обертається нерозважливістю, що наражає людину на зовнішні небезпеки, або вона лише тішить своє марнославство, а відтак наближається радше до поразки, ніж до перемоги. Коли ж гору бере холодний розрахунок, то перед нами постає радше не сміливець, а звичайна байдужа людина. Як ми добре знаємо, в нашому світі двоїстостей байдужість аж ніяк не є чеснотою: хто не відає страху, хто ніколи його не зазнавав, той не годен розрізнити звагу та здатність переборювати страх.

Отож, робимо висновок, що звага є високим почуттям, високим саме тому, що являє себе в дії разом з інтелектом. Звага, – гнів, згідно з Платоном, – що діє на користь інстинктів, є не так звагою, як силою, що проривається з інстинктового.

## **Опановувати гнів і плекати відвагу**

Гнівлива людина є заручником двійної бухгалтерії. Відтак, примітивніша й грубша складова душі здатна на більше, ніж її тонка і мисляча душа. Те саме стосується й до інших... Втрачаючи контроль над собою, людина узалежнюється від тих, хто вміє скористатися з цієї обставини собі на користь. Душа гнівливої людини в чужих руках... Як легко роздратувати холерика аргументами, які змушують його вибухнути гнівом! Як легко відтак переконати його в тому, що усьому виною збіг обставин! Господар становища змусить його повірити, що той сам панує над своїми діями і своїми словами, але все вже вирішено за нього...

Треба вміти опановувати свій гнів, а ще краще змінити його на відвагу. Відвага урухомлює правдешню силу духу, правдешню душу людини. Відвага – це мужність бачити речі такими, якими вони є, гамувати свої почуття, слухати, тлумачити ідеї, обирати вартісне, відкидати непотрібне, діяти справедливо.

## **Страх і невідання**

Чого ми можемо боятися? Того, чого не знаємо, того, чому ми не годні протистояти. То що тоді таке наш страх, наші

сумніви? Невідання, чистісіньке невідання.

Коли ми щось знаємо, коли сяє світло, коли ми бачимо все, що довкола нас і в нас самих, страх і сумніви зникають.

# Любов до природи

## Розуміти Природу

Наш намір – збудити повагу до Природи як такої за її життєдайність та на знак вдячності їй за все: від нашого фізичного існування до надзвичайних послань мудрості, що їх вона звідомляє нам щомиті.

Природа – це не тільки якесь «середовище», декорація, звідки ми беремо найнеобхідніші елементи для існування. Це жива велика істота, яку важко пізнати в її величі та розмаїтості і яка, своєю чергою, містить в собі незліченні форми існування, серед котрих і ми, люди. Неможливо шанувати Природу, маючи себе та деяких інших живих істот за щось окремішне; мовляв, Природа – це одне, а ми – дещо іншого. Чи належать до неї камені, рослини і тварини, а також незчисленні небесні світи?

Де ж бо тепер наша здатність вчитися у живої Природи? А втім, як у неї вчитися, якщо ми не визнаємо своєї належності до неї? Як нам поєднатися з чимось, що для нас чуже? Як зрозуміти її наuczання, якщо ми від початку ставимо себе поза цією єдністю? Так, Природа сповнена неоціненних зразків, але треба поринути в неї і вчитуватися, попри всі наявні книжки, в те, що являє нам саме вона. Часто-густо

душі бракує цієї іншої лектури – мовчазної, простої, де слова зайві, бо тут являють себе ідеї. Коли ми заходимо в контакт з Природою, стається це диво: за відсутності слів з'являються ідеї, давніші й нові, які дедалі глибше укорінюються в серці того, хто відчуває, що, попри всі зміни, що стались у світі, на Землі, яка дає нам прихисток, Природа завжди була і завжди буде.

## **Гора і скеля промовляють**

Годі описати всю велич гір, суворих і безплідних, що приголомшують своєю вишиною і тішать око зеленню дерев... Вони промовляють мовою сталості, постійності, одвічного знання. Водночас наші очі вабить і райдужний, вогкий камінець на березі моря на осонні. Ми підіймаємо цей барвистий, сяйливий скарб, але увечері, намагавши його, забутого, в кишені, бачимо нараз лише тьмянний камінчик, що не вирізняється якоюсь вишуканістю. Не викидай його, бо в ньому наука! Візьми його знову до моря, поклади на осонні, і знову перед тобою постане диво його краси. А хіба ми не могли б починити так само, як цей камінчик? Хіба ми не могли б поновити свою красу, свою етику і свою естетику, увійшовши в контакт з тим, що випромінює наше світло, а не марніти й далі в тіні невідання?

## **Дерево і фіалка промовляють**

Кожна рослина щось нам оповідає про себе, про свій спосіб життя – від маленької і непоказної, що ховається між каміння чи зачаїлася в якійсь печері, до крислатого дерева з густою кроною і рясними плодами. З ними треба вміти розмовляти: дерево розповість нам про своє призначення і про свою втіху від пристосування до пір року, засвідчивши тим, що життя триває попри всі зміни; рослина навчить нас постійності, аби ми виконували своє призначення на своєму місці. І дерево, і кущик чіпляються за землю і тягнуться до неба.

# 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.