

# СОДЕРЖАНИЕ

<i>Предисловие</i> .....	3
<i>Глава 1. Урок зла</i> .....	5
<i>Глава 2. Мир есть зеркало души</i> .....	15
<i>Глава 3. Как выбраться из нищеты</i> .....	25
<i>Глава 4. Как управлять своими ментальными силами</i> ..	45
<i>Глава 5. Секрет здоровья, силы и успеха</i> .....	59
<i>Глава 6. Секрет всеобщего счастья</i> .....	77
<i>Глава 7. Как стать успешным и богатым</i> .....	87



## ПРЕДИСЛОВИЕ

Я посмотрел на мир и увидел, что он омрачен печалью и опален пламенем страданий. И я задумался: «Почему?» Но, сколько ни смотрел, так и не нашел причины. Я прочел горы книг, но и в них не нашел ответа. А когда заглянул в себя, то обнаружил причину и понял ее природу. Заглянув в себя еще глубже, я нашел и лекарство от этой напасти.

Я обнаружил, что в этом мире есть один-единственный закон — закон любви; одна-единственная жизнь — жизнь по этому закону; и одна-единственная истина — правда смиренного духа и кроткого сердца. И во мне зародилась мечта написать книгу, которая помогла бы всем людям — будь они богаты или бедны, образованны или нет, практичны или не от мира сего, — найти в самих себе источник успехов, счастья, побед, достижений, всего настоящего и истинного. Эта мечта жила во мне, пока не воплотилась в действительность. И ныне я отправляю плоды своего труда в мир с миссией исцеления и благословения, зная, что мои слова обязательно найдут путь в дома и сердца тех, кто ждет их и готов воспринять.

ДЖЕЙМС АЛЛЕН

*Глава 1*  
**УРОК ЗЛА**



**Т**ревоги, страдания и печали — постоянные спутники жизни. Во всем мире нет такого сердца, которое ни разу не страдало. Нет такого духа, который ни разу не тонул в темной пучине беды. Нет глаз, которые не плакали горючими слезами в приступе невыразимой тоски.

Нет такого дома, куда не ступала бы нога самых страшных казней — болезни и смерти. Они разлучают любящие сердца и окутывают все вокруг скорбным покровом печали.

Все мы — каждый в определенной степени — застряли в крепких и на вид несокрушимых сетях зла, так что впереди у человечества только страдания, несчастья и беды.

В надежде спастись или хотя бы немного разбавить этот гнетущий мрак люди инстинктивно пус-

каются на всяческие хитрости и ищут разные лазейки, через которые надеются пролезть в страну вечного счастья.

Таковы пьяница и блудница, упивающиеся чувственными наслаждениями; таков утонченный эстет, который отгораживается от людских печалей, окружая себя томными предметами роскоши. Таков тот, кто жаждет богатства или славы и у кого все подчинено достижению этой цели; а также и те, кто ищет утешения в исполнении религиозных обрядов.

И даже кажется, будто все они обрели искомое счастье, и души их до поры до времени спят, убаюканные сладким чувством безопасности. Но в конце концов наступает день, когда они заболевают либо в их неокрепшие души вихрем врывается горе, несчастье, искушение, и тогда тонкая ткань воображаемого счастья рвется в клочья.

Итак, у каждого над головой висит дамоклов меч страданий, готовый в любой момент сорваться и паразитить того, кто не защитил себя.

Ребенок плачет, потому что ему не терпится стать взрослым. А взрослые оплакивают потерянный рай детства. Бедняк ропщет, загнанный в кабалу бедности; а богач сплошь и рядом живет в страхе перед нищетой или готов перевернуть весь свет в поисках призрака, который он именуется счастьем.

Порой человеку кажется, что он обрел настоящий мир и счастье, приняв ту или иную религию, начав исповедовать какую-нибудь философию либо открыв для себя интеллектуальный или художественный идеал. Но, как только на горизонте появляется сильное искушение, тотчас выясняется, что религия здесь бессильна или что ее одной недостаточно; теоретическая философия — тоже не опора; а идеал, лелеянный годами, тут же разбивается вдребезги.

Но коль так, неужели невозможно прожить жизнь без страданий и скорбей? Неужто нет средства, способного избавить нас от зла? Неужели вечное счастье, неизменное благополучие и процветание и нерушимый мир навсегда так и останутся глупой мечтой?

Нет, с радостью говорю я вам. Есть способ уничтожить зло, положить конец болезням, бедности и любым другим невзгодам. Есть способ обеспечить себе неизменное благополучие и процветание, совершенно не боясь того, что горести вернуться. Есть способ вкусить безмятежное спокойствие и счастье.

И первый шаг на пути к этой славной цели — правильное понимание природы зла.

Мало отрицать или игнорировать зло. Необходимо понимать, что оно собой представляет. Одной молитвой Богу зло не устранить. Необходимо вы-

яснить, откуда оно взялось и какой урок в себе несет.

Бессмысленно рвать и метать и гневно потрясать сковывающими кандалами. Куда важнее понять, как и почему ты, читатель, оказался в этих кандалах. А посему придется тебе научиться разбираться в себе, контролировать себя и прислушиваться к себе.

В школе жизни нет места детскому упрямству. Пора нам научиться смиренно и кротко извлекать уроки, данные в назидание и во благо. Ибо зло не есть некая сила, неограниченно властвующая над вселенной. Это всего лишь эпизод в жизни, и как таковой он назидает тех, кто готов учиться.

Зло не есть что-то абстрактное вне нас самих. Это наше собственное переживание. Если постоянно себя контролировать и планомерно вычищать собственную душу, то мало-помалу можно докопаться до корней зла, а уж тогда непременно его искоренить.

Зло не вечно. Оно коренится в невежестве, в незнании истинной природы и иерархии вещей, и пока мы будем пребывать в подобном неведении, мы так и останемся его жертвами.

Нет такого зла во вселенной, которое не было бы результатом невежества. И нет такого зла, которое, если бы мы были готовы и хотели извлечь из него урок, не вывело бы нас на более высокую

ступень мудрости. Но зло никуда не уходит, потому что люди не готовы и не хотят извлекать из него уроки.

Я знал ребенка, который каждый вечер, когда мама укладывала его спать, плакал, чтобы ему дали поиграть со свечкой. Однажды вечером, когда мать на мгновение замешкалась, ребенок схватил зажженную свечку. Что было дальше — понятно, и ребенок уже больше никогда не просил, чтобы ему дали такую игрушку.

Однажды сделав глупость, он извлек совершенно конкретный урок — нужно слушаться маму — и узнал, что огонь обжигает. Это маленькое происшествие — великолепная иллюстрация того, откуда берутся грех и зло, в чем их смысл и к чему они в конечном счете приводят.

Этот ребенок пострадал из-за незнания истинной природы огня. Подобным же образом и дети более старшего возраста страдают из-за незнания истинной природы вещей, о которых они плачут и за которыми гонятся. И когда они добьются желаемого, оно им точно так же навредит — с той лишь разницей, что в последнем случае невежество и зло имеют более глубокие корни и больше скрыты от глаз.

Испокон веков тьма символизирует зло, а свет — добро, и это символично. Ибо свет разливается по всей вселенной, а тьма всего лишь темное пятныш-

ко или тень, отбрасываемая малым небесным телом, которое заслонило собой несколько лучиков негасимого света. Так что свет абсолютного добра — это благая и животворная сила, разлитая по всей вселенной, а зло — ничтожная тень, отбрасываемая нашим собственным эго. Она заслоняет и закрывает от нас сияющие лучи, которые пытаются прорваться к нам в душу.

Ночь окутывает мир своей черной непроницаемой мантией. Но, какой бы густой ни была тьма, она покрывает лишь небольшое пространство на нашей маленькой планете, а вся остальная вселенная озарена ярким светом, и каждая живая душа на земле знает, что проснется в светлых лучах утра.

Так знай же: если в твоей душе воцарилась темная ночь скорби, страданий и несчастий и ты бредешь, пошатываясь, усталыми и неуверенными шагами, то это ты сам отгородился своими похотями от блаженств предвечного света, и только ты сам и никто другой отбрасываешь ту мрачную тень, которая сейчас тебя накрыла.

Подобно тому как темнота снаружи — всего лишь злая тень, призрак, который, не имея постоянного жилища, приходит ниоткуда и уходит в никуда, темнота внутри — точно такая же злая тень, которая мимолетно омрачает живую, порожденную светом душу.



И тут я слышу внутренний голос: «Так зачем же нам проходить через этот мрак и это зло?» Потому что в силу своего невежества мы выбираем этот путь и, проходя через страдания, начинаем понимать, что такое добро и зло. Пройдя сквозь тьму, мы начинаем больше ценить свет.

Зло является прямым следствием невежества, но, когда мы усвоим все уроки, невежество уйдет и его место займет мудрость. Но подобно тому, как упрямый ребенок отказывается учить уроки, кое-кто не хочет усваивать уроки жизни, а посему вовек пребудет в беспросветной тьме, обреченный раз за разом казниться адскими муками болезней, безысходности и скорбей.

Но тот, кто желает покончить с окружающим злом, должен хотеть учиться и быть готовым подвергнуться тем наказаниям, без которых не бывает ни мудрости, ни вечного мира и счастья.

Конечно, можно запереться в чулане и отрицать существование света, но снаружи он везде, а темнота только у человека в комнатухе.

Так что можно закрыться от света, а можно приступить к разборке непреступных стен предубеждений, эгоизма и лжи, которые ты выстроил вокруг себя, и впустить вовнутрь сияющие лучи вездесущего света.

Дотошным самоанализом добивайся того, чтобы зло действительно — а не только в теории — ушло,

превратилось в мелкий эпизод, в тень, которую ты сам же и отбрасываешь. Осознай, что страдания, несчастья и печали постигли тебя в силу абсолютного и непреложного закона и случилось это потому, что ты их заслуживаешь, потому, что они тебе необходимы, и, сперва претерпев, а затем усвоив урок, ты станешь сильнее, мудрее, благороднее.

Как только тебе это удастся, ты будешь в состоянии сам определять обстоятельства своей жизни, переплaviшь зло в добро и мастерской рукой будешь ткать совершенную ткань собственной судьбы.

*Какая ночь! О стражник! Зри  
Над высью гор лучи зари,  
И золотой Герольд светил  
Сияньем небо осветил.*

*Грядет он, чтобы мрак изгнать  
И демонов дурную рать  
Пронзить сияющим лучом  
И лжи обрушить мрачный дом.*

*Настанет утро, свет очей!  
Уже сейчас пятой своей  
Он золотит вершины гор.  
Он озарил земной простор.*

*И отступила ночи тень.  
Придет, придет веселый день!  
И все, что ненавидит Свет,  
Потонет в светлом волшебстве\*.*

---

\* Перевод Юлии Андреевой.

*Глава 2*

## МИР ЕСТЬ ЗЕРКАЛО ДУШИ



**К**аков ты сам, таков и твой мир. Все во вселенной сводится к твоему собственному внутреннему миру. Что там снаружи — не имеет особого значения, ибо все это лишь отражения твоей собственной души.

Все зависит только от того, что у тебя внутри, ибо все, что снаружи, лишь отражение и будет окрашено в соответствующий тон.

Все, что ты знаешь наверняка, заключено в твоём собственном опыте; и все, что ты когда-либо узнаешь, войдет в твой мир через ворота опыта и станет частью тебя самого.

Твой мир — это твои мысли, устремления и мечты. Все, что есть во вселенной прекрасного, радостного и блаженного или же уродливого, мучи-

тельного и тоскливого, пребывает внутри тебя самого.

Одними только мыслями ты можешь сотворить или разрушить свою жизнь, свой мир, свою вселенную. Каким ты мысленно построишь свой внутренний мир, такова будет и твоя внешняя жизнь, соответственно выстроятся и все ее обстоятельства.

Что бы ты ни таил в сокровенных уголках своего сердца, раньше или позже тайное станет явным и по непреложному закону причин и следствий воплотится во внешнюю реальность.

Душа нечестивая, грязная и эгоистичная абсолютно закономерно тяготеет к несчастью и катастрофе; а душа чистая, бескорыстная и благородная — к счастью и процветанию.

Человек сам навлекает на себя свою судьбу, и не может быть такого, чтобы кому-нибудь досталось то, что ему не принадлежит. Но, чтобы это осознать, надо сперва признать универсальность Божественного права.

Любые события в жизни человека обусловлены внутренними явлениями. Душа человека — это сумма его жизненного опыта, мыслей и чувств, а тело всего лишь брэнное орудие выражения мыслей и чувств во внешнем мире.

Следовательно, твои мысли и есть твое истинное «я», а окружающий мир — одушевленный или не-

одушевленный — принимает тот самый вид, который ему придают твои мысли.

«Все, что мы есть, — это результат наших мыслей» — так сказал Будда. Отсюда вытекает, что если человек счастлив, то лишь оттого, что он мысленно пребывает в радости, а если несчастлив, то лишь оттого, что он мысленно пребывает в унынии и отчаянии.

Будь человек труслив или отважен, глуп или мудр, чем-то обеспокоен или безмятежен, причина его внутреннего состояния — в его душе, а не в каких-то внешних обстоятельствах. И тут я буквально слышу целый хор голосов, восклицающих: «Неужели ты и вправду хочешь сказать, что внешние обстоятельства никак на нас не влияют?» Я ничего такого не говорю, но утверждаю и считаю, что обстоятельства влияют на нас ровно настолько, насколько мы позволяем им.

Ты раб обстоятельств, если у тебя нет правильного понимания природы духа и ты не знаешь, как пользоваться мыслью и какой силой она обладает.

Ты полагаешь, что судьба обладает достаточной силой, чтобы тебя вознести или уничтожить. Ты в это веришь («вера» — в это маленькое словечко вмещаются все твои радости и печали), а следовательно, покоряешься судьбе и становишься ее рабом, а она — твоей полновластной госпожой. Тем самым ты наделяешь судьбу силой и властью.

Отныне ты идешь на поводу у обстоятельств. Ты горюешь или радуешься, страшишься или надеешься, ощущаешь себя сильным или слабым — все зависит от того, какой ты видишь данную ситуацию.

Среди моих знакомых было два человека, которым довелось пережить потерю денег, заработанных годами тяжелого труда. Один из них впал в шок, расстроился, разнервничался и совершенно раскис.

Другой, прочитав в утренней газете, что банк, в котором хранились его деньги, обанкротился и он потерял все, спокойно и твердо сказал: «Что случилось, то случилось, и никакими причитаниями этого не вернешь. Нужно работать!»

И он с новыми силами взялся за дело и вскоре разбогател. А мой первый знакомый, продолжавший оплакивать свои пропавшие деньги и ныть, какой он невезучий, так и остался игрушкой и орудием злой судьбы. А в реальности он стал жертвой собственной слабости и рабского мышления.

Для одного потеря денег стала проклятием, поскольку он сам придавал этому событию пессимистический и катастрофический характер. А для другого это же событие стало благословением, поскольку придало ему сил, и он начал все заново.

Если бы судьба или обстоятельства распоряжались нашим счастьем или несчастьем, они на всех

людей действовали бы одинаково. В действительности одни и те же ситуации идут во благо одному человеку и во вред другому, потому что добро и зло прорастают не из ситуации как таковой, а из самого человека, который в нее попал.

Поняв это, ты научишься управлять своими мыслями, дисциплинировать и упорядочивать духовную жизнь. И тогда перестроишь свой внутренний храм, выбросив из него все ненужное и лишнее, чтобы в душе поселились только радость, спокойствие, жизненная сила, сострадание, любовь, красота и бессмертие.

Мы смотрим на любые объекты и события внутренним оком. И там, где некто узрит совершенство красоты, другой не увидит ничего, кроме отталкивающего безобразия.

Однажды некий любитель природы бродил по проселочным дорогам в поисках открытий. В окрестностях какого-то скотного двора он наткнулся на большую лужу с солоноватой водой.

Наполняя бутылочку водой, чтобы впоследствии рассмотреть ее под микроскопом, он неосмотрительно стал охать и ахать по поводу тех бесчисленных скрытых чудес, которые содержала в себе эта лужа. Обращаясь к стоящему неподалеку неотесанному сыну полей, он сказал: «Да, мой друг, в этой луже содержится сто — нет, миллион! — вселенных. От нас требуется только подходящий инстру-



мент, чтобы суметь разглядеть их». На что простодушный мужлан неохотно возразил: «Тут в воде полным-полно головастика, и ловить их проще простого».

Там, где натуралист с головой, битком набитой знаниями, узрел идеал красоты и гармонии, непросвещенный ум увидел всего лишь грязную лужу с головастиками.

Полевой цветок, бездумно попираемый ногой случайного прохожего, в глазах одухотворенного поэта превращается в ангельское послание из иного мира.

Для многих океан — это всего лишь чертова прорва воды, по которой плавают корабли и порой терпят крушения, а для души музыканта — это живое существо, и он слышит в его звуках перемены поистине Божественной гармонии.

Там, где посредственность видит сплошную катастрофу и хаос, философ усматривает идеально сбалансированную цепочку причин и следствий. Там, где материалист не видит ничего, кроме смерти, мистик узрит живую, вечную жизнь.

Мы смотрим на любые события и явления внутренним оком и оттого других людей видим такими же, каковы мы сами.

Недоверчивый верит в то, что все вокруг подозревают друг друга. Лжец утешается мыслью, что не настолько глуп, чтобы верить в существование

такого феномена, как абсолютно правдивый человек. Завистник и ревнивец в каждом видит себе подобного. Скупец уверен, что все только и мечтают присвоить его деньги. Тот, кто не гнушался ничем, чтобы разбогатеть, спит с револьвером под подушкой и свято верит, что в этом мире полным-полно негодяев, жаждущих его ограбить. Отъявленный развратник смотрит на святого как на лицемера.

А те, кто пребывает в любви, видят ее во всем. Доверчивые и честные не терзаются подозрениями. Добродушные и милосердные, способные радоваться удаче других, вообще не знают, что такое зависть. А тот, кто осознал в себе Божество, видит его во всем сущем, даже в диких животных.

Люди убеждены в правоте своего взгляда на мир, ибо, согласно закону причины и следствия, как аукнется, так и откликнется. А посему они водят дружбу с людьми того же пошиба, что и сами.

Старая пословица — рыбак рыбака видит изда- лека — несет в себе гораздо более глубокий смысл, чем принято считать, потому что в астрале, как и в мире материальном, подобное притягивается к подобному.

*Хочешь добра? Делай добро.  
Хочешь правды? Говори правду.  
Что посеешь, то и пожнешь.  
Твой мир — отражение тебя самого.*

Если ты из тех, кто молится за спасение души и уповает на сладости рая в загробном мире, могу тебя утешить: ты можешь войти в рай и вкусить столь чаемое блаженство прямо сейчас. Рай — это вся вселенная, он в тебе, нужно лишь найти его. Тот, кому ведомы сокровенные законы бытия, так говорит:

«Царствие Божие внутри вас есть» (Лук. 17:21).

Единственное, что ты должен сделать, — поверить. Просто поверить, а затем размышлять над этим, пока не придет понимание.

С этого ты начинаешь расчищать и благоустраивать свой внутренний мир. Со временем тебе станут очевидными ничтожность и бессилие внешнего мира в сравнении с магической силой человеческой личности.