

ДЖЕЙМС
АЛЛЕН

ЯК ЛЮДИНА МИСЛИТЬ

ІЛЮСТРОВАНЕ ВИДАННЯ



«Як людина мислить» — ця невелика за обсягом книга Джеймса Аллена стала наріжним каменем усієї подальшої великої і наростаючої частини нон-фікшн: «мотиваційної літератури», книг із саморозвитку людини.

З 1902 року, коли була опублікована «Як людина мислить» («Людина мисляча»), вона вважається класичною і основоположною книгою з саморозвитку.

Основна ідея книги така, що думки формують людську особистість: благородні думки створюють шляхетну людину, ганебні думки роблять людину нищою.

Переклад з англійської Юлії Шматько.

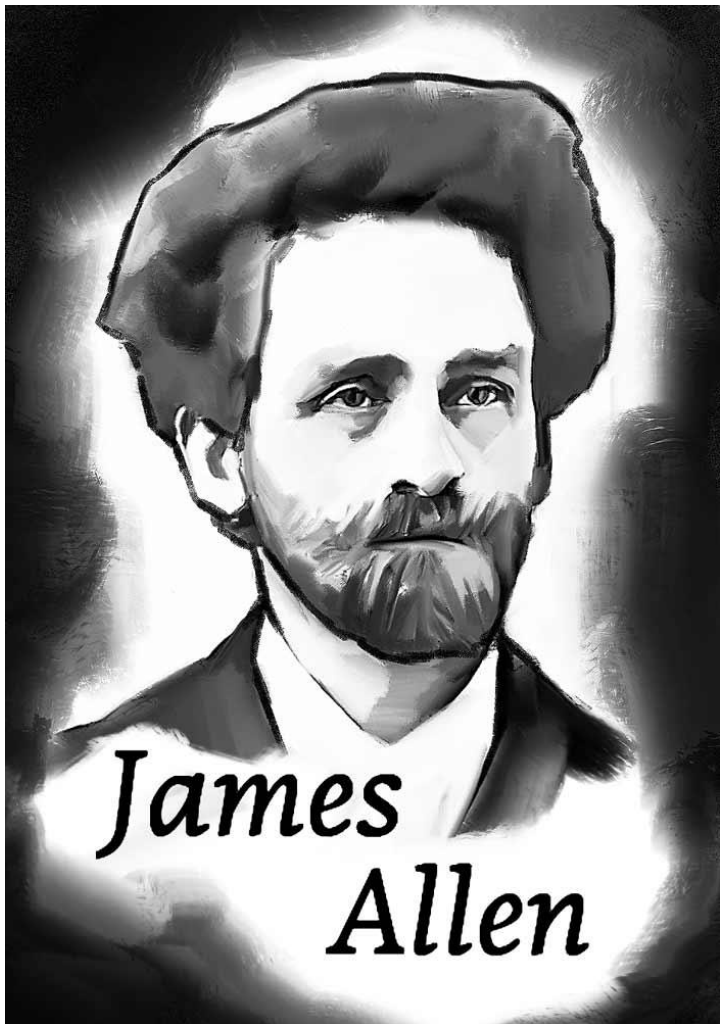
Джеймс Аллен

Як людина мислить

Передмова

Ця невелика книга (результат розмірковувань та життєвого досвіду) написана не для того, щоб поповнити лави численних детальних трактатів на тему сили думки. Вона, скоріше, спонукає осмислити деякі речі, а не просто дати їм пряме пояснення, тож мета цієї книги — підштовхнути чоловіків та жінок до відкриття тієї істини, що — *«Вони самі себе створюють»* силою думок, що їх вони обирають та заохочують; тієї істини, що саме розум — наш головний творець, як внутрішнього світу — характеру, так і зовнішнього середовища — оточуючих обставин, і що, можливо, донині вони просто жили у невіданні та стражданнях, але відтепер зможуть творити свідомо та з радістю.

Джеймс Аллен



*James
Allen*

Глава перша. Думка та Характер

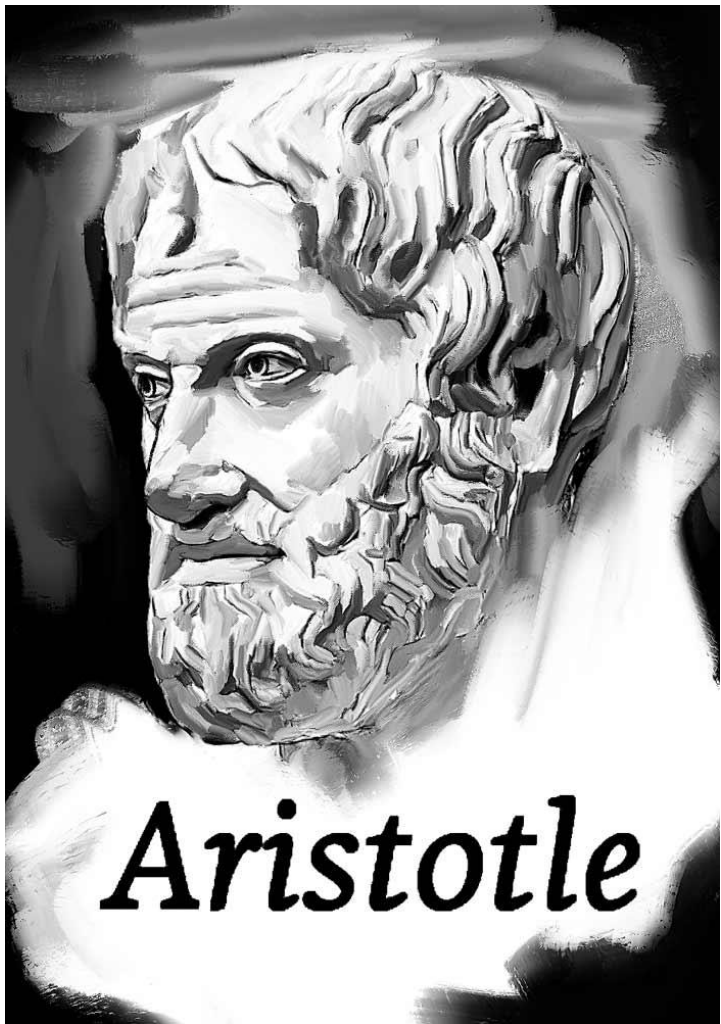
Афоризм «Які думки у людини в серці, така вона і є» не лише описує все людське єство, він настільки всеохоплюючий, що стосується всіх умов та обставин людського життя. Людина буквально складається з того, *про що вона мислить*, її характер — це підсумок усіх її думок.

Так само як рослина проростає з насіння, без якого цієї рослини і не було б, так і кожен вчинок людини проростає з прихованого насіння думок, без яких цього вчинку і не було би. Це однаково стосується як так званих «спонтанних» та «ненавмисних» вчинків, так і тих, які ми робимо свідомо.

Дія — це розквіт думки, а радість та страждання — то її плоди. Таким чином, людина збирає врожай із солодких чи гірких плодів свого власного господарства.

Думка нас створила. Самих себе Думкою ми викували та створили. Якщо розум людини наповнюють злі думки, то страждання слідує за нею, як той візок, що слідує за волом... Якщо ж думки людини чисті, радість не полишає її, наче тінь — то є істинно так.

Людина має розвиватись, а не бути чимось штучно створеним. Причина та наслідок це такі ж абсолютні та незмінні елементи у прихованому царстві думок, як і у світі видимому та матеріальному. Благородний та величний характер — це не прихильність долі чи випадку, а результат постійних зусиль у вихованні правильного мислення, що нероздільно пов'язане з позитивними думками. Нечестивий та жорстокий характер, в результаті того ж процесу, є наслідком постійного затаювання негативних думок.



Aristotle

Людина себе або створює, або не створює; в арсеналі своєї свідомості вона кує зброю, якою може себе знищити. Проте, також вона може створити інструменти, і з їх допомогою звести райські палаци радості, сили та миру. При правильному виборі та застосуванні думки, людина наближається до Божественної досконалості; через зловживання та неправильне застосування думок вона опускається нижче рівня звіра. Між цими двома крайностями і знаходяться всі грані характеру, а людина — їх творець і господар.

Серед усіх прекрасних істин, що мають відношення до душі, і які були відновлені та відкриті у цьому столітті, немає більш радісної та повної божого благословення та впевненості, ніж та істина, що саме людина є хазяїном своїх думок, ковалем свого характеру, творцем та джерелом формування ситуації, навколишнього обставин та долі.

Будучи істотою Сили, Розуму та Любові, а також повелителем своїх власних думок, людина має ключі до кожної ситуації, і містить у собі ту цілющу силу, за допомогою їй по силам зробити все, що вона забажає.

Людина завжди господар, навіть у своєму найслабшому та знедоленому стані. Але в такій слабкості та деградації вона — нерозумний господар, котрий погано стежить за своїм

«господарством». А коли вона починає розмірковувати над своїм станом і старанно шукати Закон, на якому ґрунтується її єство, вона стає мудрим господарем, який розумно направляє свою енергію, і таким чином перенаправляє свої думки на плідні справи. Такий він, *свідомий* господар, яким людина може стати лише відкривши у собі закони мислення; і таке відкриття повністю залежить від старанності, самоаналізу та життєвого досвіду.

Лише завдяки наполегливому пошуку та розробці копалин знаходять золото та алмази. Так само і людина може знайти будь-яку істину, пов'язану з її сутністю, якщо буде копати глибоко у шахтах своєї душі. І будучи творцем свого характеру, господарем свого життя та володарем своєї долі, вона зможе безпомилково довести: якщо вона буде відслідковувати, контролювати та міняти свої думки, відстежуючи при цьому їх вплив на себе саму, на оточуючих та свої життєві обставини; якщо вона навчиться пов'язувати причину та наслідок шляхом терплячого аналізу та вивчення, то буде таким чином накопичувати свій життєвий досвід. І нехай він буде навіть самий незначний, але це буде засіб отримання знань про себе. У цьому напрямку, як ні в якому іншому, слідує абсолютний закон, який звучить так: «Хто шукає, той знайде; і перед тим, хто стукає у двері, вони відчиняються»;

бо тільки завдяки терплячості, практиці та постійній наполегливості людина може переступити поріг Храму Знань.

Глава друга. Як думки впливають на обставини

Розум людини можна порівняти з садом, про котрий можна піклуватись або дати йому здичавіти; але чи то буде доглянутий сад чи занедбаний, він буде і далі *плодити*. Якщо його не *засіяти* корисним насінням, його *заполонить* бур'ян, який буде розростатись.

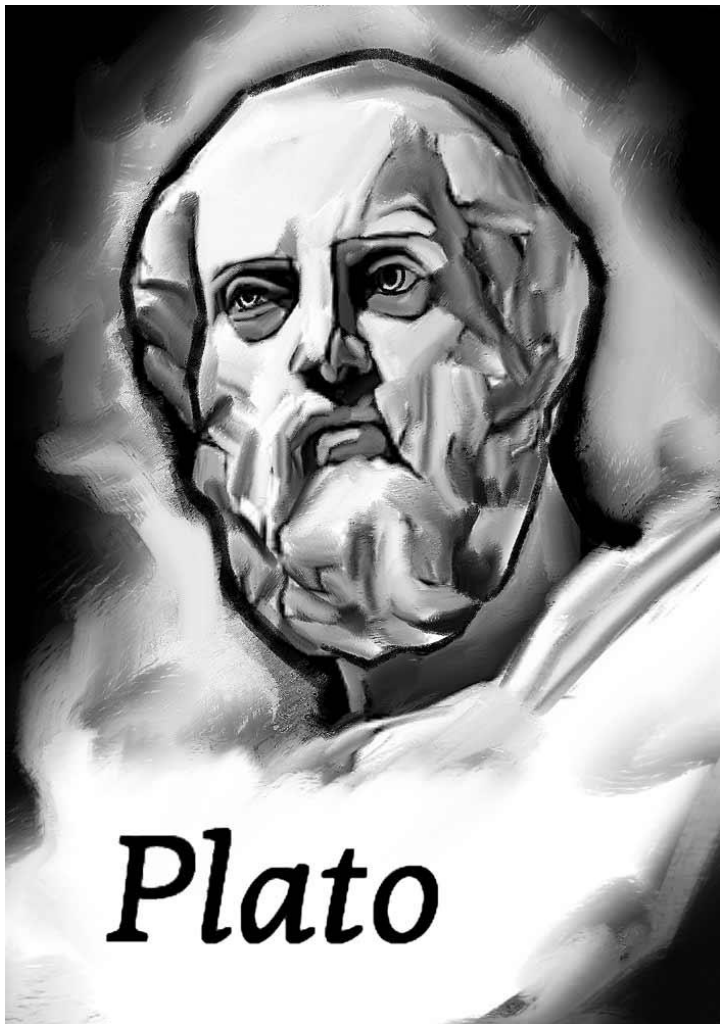
Так само як садівник піклується про свою ділянку, вириваючи лабузиння та вирощуючи необхідні йому квіти та фрукти, так і людина може піклуватись про сад свого розуму, відкидаючи всі неправильні, некорисні та нечисті думки, вирощуючи квіти та плоди правильних, корисних та чистих думок. Слідуючи цьому принципу, людина рано чи пізно розуміє, що саме вона головний садівник своєї душі, керівник свого життя. Вона також відкриває, всередині себе, закони мислення та все більше переконується, що сила думки та розум впливають на формування її характеру, зовнішніх обставин та долі.

Думки та характер — це одне ціле, і оскільки характер може проявлятися і показувати себе лише

в оточуючому середовищі і супутніх обставинах, зовнішні умови життя людини завжди будуть нерозривно пов'язані з її внутрішнім станом. Це не означає, що обставини у житті людини завжди повністю відображають її характер. Проте ці обставини безпосередньо пов'язані з деяким життєво важливим елементом — її мисленням — і на даний момент вони є невід'ємною частиною її розвитку.

Кожна людина знаходиться там, де вона є по закону свого буття. Думки, які вона заклала у свій характер, привели її туди, і у тому, як склалося її життя, немає елемента випадковості. Усе це результат закону, який не може помилятися. Це стосується як тих, хто відчуває себе «не у гармонії» з оточуючим світом, так і тих, хто задоволений ним.

Будучи прогресивною істотою, яка має розвиватись, людина знаходиться там, де вона є, щоб зрозуміти, що вона може рости; і коли вона засвоює духовний урок, який приносить їй ситуація, ця ситуація минає, поступаючись місцем іншим життєвим обставинам.



Plato

Обставини впливають на людину допоки вона вважає, що саме вони формують її зовнішнє середовище. Але коли вона розуміє, що може самостійно розпоряджатись прихованими надрами своєї душі, з яких формуються зовнішні обставини, саме тоді вона стає законним господарем самому собі. Про те, що обставини *реалізуються* через думки, знає кожен, хто хоча б недовго практикував самоконтроль та самоочищення, бо він напевне помітив, що зміна життєвих обставин прямо пропорційно залежала від зміни їх психічного стану. Бо ж так і є насправді, коли людина щиро намагається виправити недоліки свого характеру, і досягає у цьому швидкого та помітного результату, вона швидко долає низку негараздів.

Душа притягує те, що таїться у ній самій; те, що вона любить, а також те, чого вона боїться. Вона досягає вершини своїх заповітних спрямувань. Вона поринає у глибини своїх незвіданих бажань — і життєві обставини служать засобом, за допомогою якого душа отримує своє.

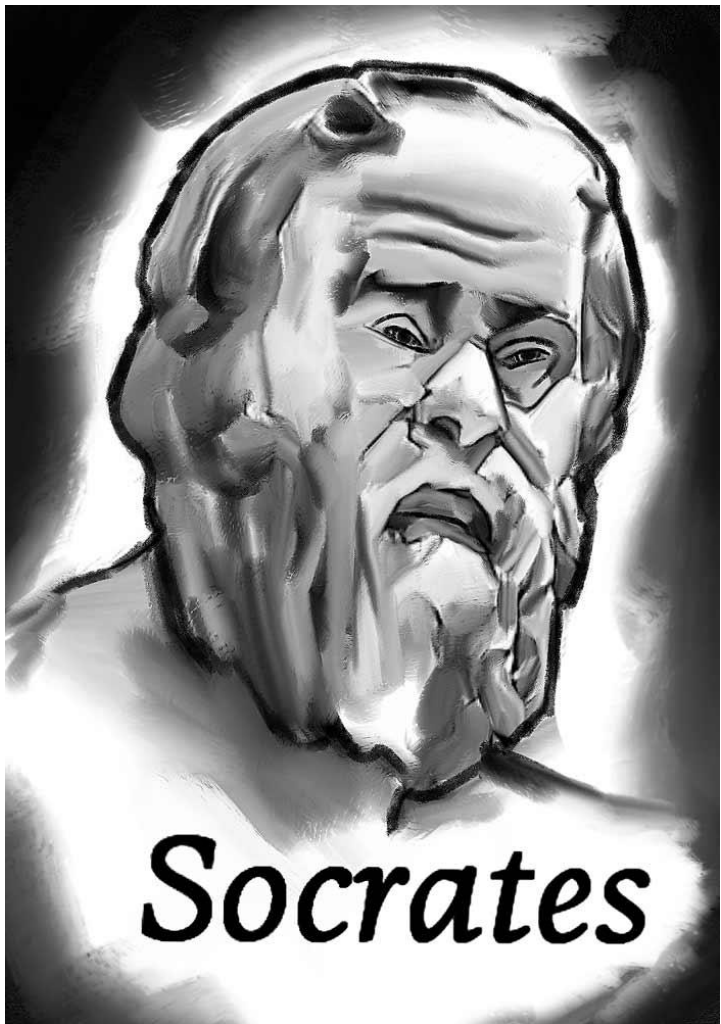
Кожна насінина думки, засіяна чи проронена у ґрунт розуму, щоб укорінитись там, розвивається і рано чи пізно проростає у вчинок, приносячи врожай можливостей та обставин. Гарні думки приносять гарні плоди, погані — погані.

Зовнішній світ обставин підлаштовується під внутрішній світ мислення, і як приємні, так і

неприємні зовнішні обставини є факторами, які вносять свій вклад у досягнення максимального блага для індивіда. Як жнець свого власного врожаю, людина вчиться як у горі, так і в радості.

Людина потрапляє у богодільню чи тюрму не через погану вдачу, а через надлишок нікчемних думок та примітивних бажань. Людина з чистими думками не стає раптово на дорогу злочинів під дією якоїсь зовнішньої сили; злочинна думка довгий час тайно визріває в її серці, і у підходящий момент просто виривається назовні зі всією накопиченою міццю.

Обставини не створюють людину; вони просто показують, яка вона є. Ніякі обставини не змусять людину поринути у розпусту і супутні їй страждання, якщо в людини немає розпусних схильностей; або ж підвестися до чеснот та чистого щастя, якщо вона не виховувала у собі довгий час добрі наміри. І тому людина, як Володар думки, є скульптором самої себе, творцем зовнішнього середовища. Вже при народженні душа починає свій шлях, і на кожному кроці свого земного паломництва вона притягує ті збіги обставин, які її розкривають, і які є відображенням її власної чистоти або не чистоти, її сили або її слабкості.



Socrates

Люди притягують не те, що вони *хочуть*, а те, чим вони *є по суті*. Їх забаганки, фантазії та амбіції піддаються випробуванням на кожному кроці, але їх потаємні думки та бажання живляться власною їжею, чи то кепською, чи то чистою. «Божественність, яка формує наші цілі» живе в нас самих; це наша власна особистість. Лише сама людина здатна собою керувати. Думка та вчинок — тюремщики Долі — вони кидають нас за ґрати, якщо вони примітивні. Вони також і ангели Свободи — вони нас звільняють, якщо вони благородні. Людина отримує не те, чого вона бажає і за що молиться, а те, на що вона справедливо заслуговує. Її бажання та молитви задовольняються та отримують відповідь тоді, коли вони знаходяться у гармонії з її думками та вчинками.

У світлі цієї істини, що ж тоді означає «боротьба з обставинами»? Це означає, що людина постійно *веде боротьбу* з негативним впливом обставин, в той час як вона весь час живить та зберігає їх причину у своєму серці. Ця причина може набирати форми свідомого пороку або несвідомої слабкості. Але чим би це не було, воно вперто зводить нанівець усі зусилля свого господаря і, таким чином, просто таки кричить, благаючи все виправити.

Люди прагнуть покращити свої життєві обставини, але не бажають покращувати себе. Тому

вони залишаються зв'язаними. Людина, яка не ламається під тиском страждань, обов'язково досягне своєї заповітної мрії. Це однаково вірно як земних, так і божественних справ. Навіть людина, єдиною ціллю якої є набуття багатства, повинна бути готова піти на великі особисті жертви перед тим, як вона зможе досягти своєї цілі; і хто знає, на що ще, щоб підтримувати таке благополучне життя?

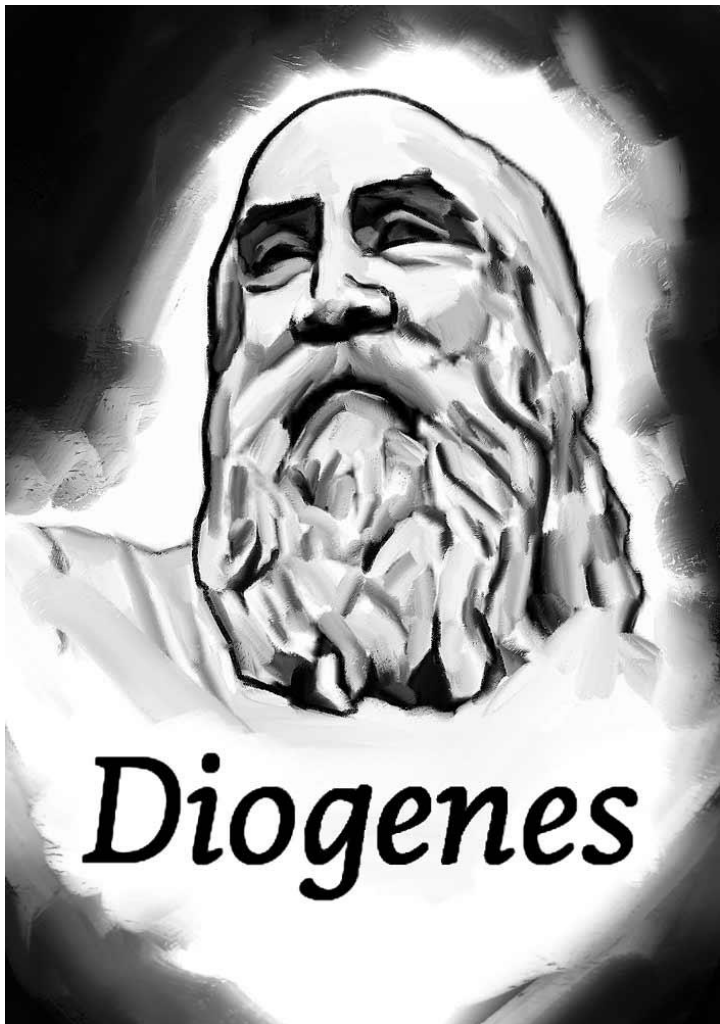
Ось людина, яка дуже бідна. Вона дуже занепокоєна, бо її домашні умови треба покращити. Тим не менше, вона постійно ухиляється від роботи, і вважає, що має виправдання, коли намагається обдурити свого роботодавця, посилаючись на недостатню заробітну плату. Така людина не розуміє елементарних основ тих принципів, які є запорукою справжнього благополуччя. Вона не тільки абсолютно не здатна видертись зі своєї убогості, вона фактично притягує до себе ще більші злидні, живлячи та випускаючи назовні бездіяльні, підступні та малодушні думки.

А ось заможна людина, яка страждає від болісного та постійного захворювання, спричиненого обжерливістю. Вона готова віддати великі кошти, аби тільки позбавитись його, проте вона не готова пожертвувати своїми ненажерними бажаннями. Вона хоче задовольняти свій смак до жирної та не натуральної їжі, але при цьому бути

здоровою. Така людина не здатна бути здоровою, тому що вона ще не засвоїла головні принципи здорового життя.

Ось роботодавець, який вдається до нечесних засобів, щоб уникнути виплати встановленої заробітної плати, і, маючи надію примножити свій прибуток, знижує зарплату своїм працівникам. Така людина теж зовсім не варта багатства. І коли вона стає банкрутом, це стосується як її репутації, так і фінансового стану, вона звинувачує обставини, не знаючи, що саме вона є єдиним творцем свого стану.

Я навів приклад лише цих трьох ситуацій просто щоб проілюструвати ту істину, що сама людина є причиною (хоча майже завжди несвідомо) оточуючих її обставин. І що, прагнучи успішного досягнення цілі, вона постійно сама заважає її досягненню, заохочуючи думки та бажання, які просто не можуть знаходитись у гармонії з цією ціллю. Такі ситуації можна перераховувати майже нескінченно, але в цьому немає необхідності. Читач може, якщо сам того забажає, прослідкувати дію законів мислення на власному розумі та житті, і поки це не буде зроблено, не можна шукати виправдання в простих зовнішніх факторах.



Diogenes

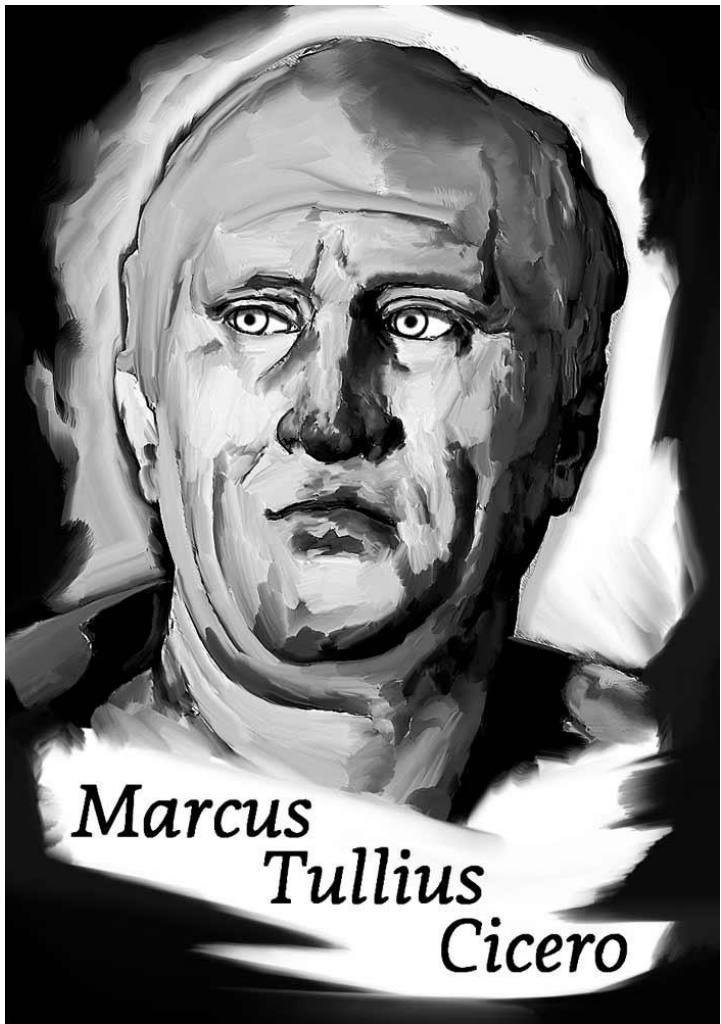
Обставини, однак, настільки складна штука, а думки настільки глибоко укорінюються в нас, та й умови для щастя дуже сильно відрізняються для різних людей, що стан *усієї* душі людини (хоча він відомий лише їй самій) не може бути оцінений лише по зовнішньому аспекту її життя.

Людина може бути чесною у певних напрямках, але все одно страждати від труднощів. Людина може бути не чесною у певних напрямках, але все одно примножувати своє багатство. Але висновок, який зазвичай базується на тому, що одна людина зазнає поразку через те, що вона *занадто чесна*, а інша процвітає, бо вона *занадто нечесна*, є результатом поверхневого судження, що нечесна людина майже завжди корумпована, а чесна майже завжди благочинна. Проте після більш глибокого вивчення і набуття життєвого досвіду таке судження виявляється помилковим. У нечесної людини можуть бути деякі прекрасні риси, яких немає у інших. А у чесної людини можуть бути жахливі пороки, яких немає у інших. Чесна людина пожинає хороші плоди своїх чесних думок і вчинків; але вона також і наволікає на себе страждання, породжені її пороками. Нечесна людина також сама спричиняє свої страждання та радощі.

Людське марнославство тішиться думкою, що вона страждає через свою добродійність. Але лише

допоки людина не викоринить усі болісні, гіркі та нечисті думки зі своєї голови і не змиє гріховні плями зі своєї душі, вона не зможе бути впевненою і стверджувати, що її страждання це результат її хороших, а не поганих рис. І на шляху до цієї вищої досконалості вона побачить дію Великого Закону на своєму розумі та житті, який абсолютно справедливий и який не видає добро за зло, а зло за добро. Маючи такі знання, вона тоді зрозуміє, озираючись на своє минуле невігластво та сліпоту, що її життя є і завжди буде справедливо влаштоване, і що її минулий досвід, гарний чи поганий, був справедливим результатом її зростаючого, проте ще не повністю зрілого «Я».

Гарні думки та дії ніколи не призведуть до поганих результатів. Погані думки та дії ніколи не принесуть гарних результатів. Це просто говорить про те, що з кукурудзи виросте лише кукурудза, а з кропиви — лише кропива. Люди розуміють дію цього закону у світі природи, і відштовхуються від нього. Але мало хто розуміє його дію в ментальному та моральному світі (хоча його дія така ж проста та незмінна), і тому ним не користуються.



*Marcus
Tullius
Cicero*

Страждання завжди є наслідком неправильного мислення у якомусь напрямку. Це ознака того, що людина не знаходиться у гармонії з собою, з Законом свого буття. Єдине і найвище застосування страждання — самоочищення, випалювання всього, що несе біль та бруд. Страждання припиняється для того, хто очистився. Немає сенсу далі обпалювати золото після того, як всі домішки з нього видалені. Так само і абсолютно чистій та просвітленій істоті немає сенсу страждати.

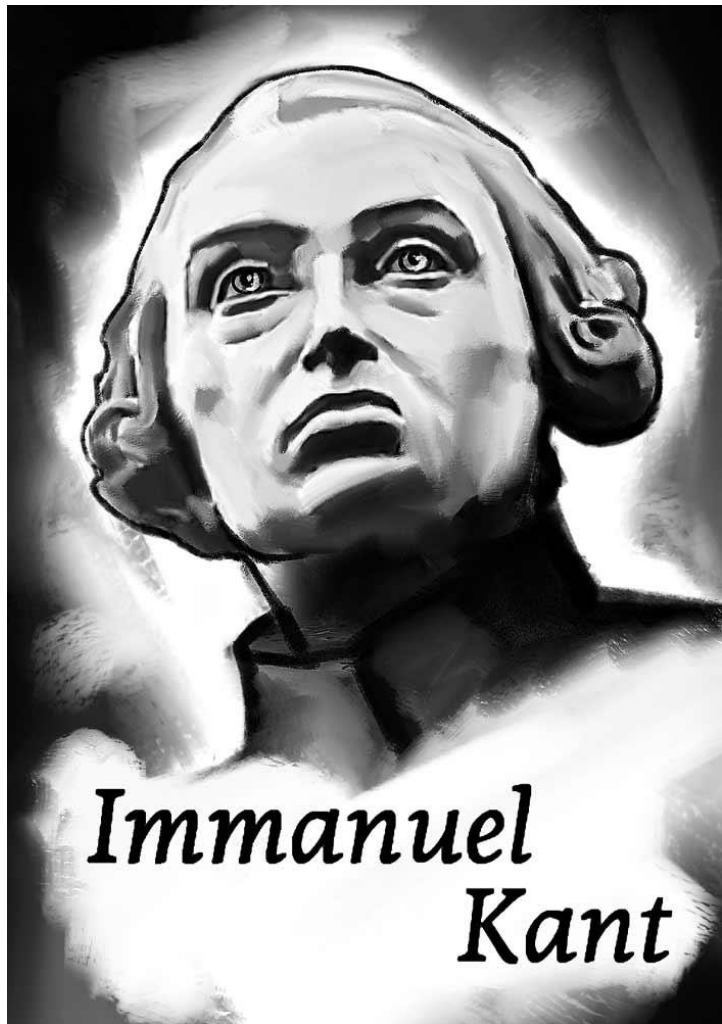
Обставини, з якими людина стикається страждаючи, є результатом її власної душевної дисгармонії. Обставини, з якими людина стикається будучи у блаженстві, але які не пов'язані з матеріальними цінностями, є результатом правильного мислення. Убогість, а не нестача матеріальних цінностей — показник її неправильного мислення. Людина може бути проклятою і багатую; вона може бути благословенною і бідною. Блаженство та багатство поєднуються тільки тоді, коли багатство використовується правильно і мудро. І бідна людина впадає у злидні тільки тоді, коли вона вважає свою долю покладеним на неї несправедливим тягарем.

Злидні та слабкість — дві крайності убогості. Вони однаково неприродні та є результатом психічного розладу. Людина не може бути оточена

правильними обставинами, поки вона не стане щасливою, здоровою та процвітаючою істотою. А щастя, здоров'я та процвітання — це результат гармонічного співіснування внутрішнього з зовнішнім, людини з її оточенням.

Людина стає справжньою людиною лише тоді, коли припиняє нити та звинувачувати, і починає шукати приховану справедливість, яка регулює її життя. І коли вона пристосовує свій розум до цього регулюючого фактору, вона припиняє звинувачувати інших у своєму стані, і починає нарощувати свою міць завдяки сильним та гідним думкам. Вона припиняє боротися з обставинами, і починає *використовувати* їх як допоміжний фактор для досягнення швидкого прогресу та як засіб відкриття прихованих сил та можливостей в середині себе.

Закон, а не хаос, є домінуючим принципом у всесвіті. Справедливість, а не навпаки, є душою та сутністю життя. Праведність, а не корупція, є рухомою силою в духовному управлінні світом. В такому випадку людині залишається тільки скерувати себе у потрібне русло, щоб виявити, що всесвіт правий; і в цьому процесі вона відкриє для себе, що по мірі того, як вона змінює свої думки по відношенню до інших речей і людей, речі та інші люди також почнуть змінюватися по відношенню до неї.



*Immanuel
Kant*

Доказ цієї істини криється в кожній людині, що дозволяє провести просте дослідження шляхом систематичної інтроспекції та самоаналізу. Як тільки людина радикально змінить свої думки, вона буде вражена швидким перетворенням, яке відобразиться і на матеріальних умовах її життя.

Люди думають, що думку можна тримати у секреті, але це не так. Вона швидко переростає у звичку, а звичка — у спосіб життя, такий як пияцтво та хтивість, які в свою чергу призводять до злиднів та хвороб. Будь-які нечисті думки переростають в спустошливі звички, які потім призводять до відволікаючих та несприятливих обставин. Думки про страх, сумніви та нерішучість переростають у слабкі, малодушні та слабовільні звички, які призводять до невдач, злиднів та рабської залежності.

Ліниві думки переростають у звички нечистоти та нечесності, і призводять до бруду та злиднів. Ненависні та звинувачувальні думки переростають у звичку всіх звинувачувати та бути жорстоким, що також призводить до шкоди та травлі. Будь-які егоїстичні думки переростають у звичку бути корисливим та меркантильним, а це призводить до обставин, в тій чи іншій мірі тривожних та печальних.

З іншої сторони, прекрасні думки стають такими рисами як витонченість та доброта, і вони

приводять до приємних та радісних обставин. Чисті думки переростають у такі риси як стриманість та самовладання, котрі призводять до спокою та миру. Думки про відвагу, самостійність та рішучість надають хоробрості, яка веде до успіху, достатку та свободи.

Енергійні думки переростають у такі риси як чистота та працьовитість, які ведуть до приємних обставини. Ніжні та великодушні думки виховують такі риси як доброта, яку супроводжують оберігаючі та захищаючі обставини. Люблячі та альтруїстичні думки переростають у безкорисливість по відношенню до інших, а це неодмінно веде до постійного процвітання та істинного багатства.

Постійний потік думок, гарних чи поганих, обов'язково проявить себе у характері та обставинах. Людина не може *напрямую* обирати собі обставини, але вона може обирати свої думки, і, таким чином, опосередковано, проте неодмінно, формувати для себе життєві обставини.

Людська натура допомагає нам задовольняти думки, які ми найбільше заохочуємо, і тоді з'являються можливості, які максимально швидко виштовхують на поверхність як добрі, так і злі думки.



**Thomas
Paine**

Як тільки людина позбавиться гріховних думок, увесь світ стане до неї добрішим та буде готовий допомогти. Як тільки вона відгонить слабкі та болісні думки, з усіх сторін її оточать можливості, які допоможуть досягти її рішучих прагнень. Як тільки вона почне заохочувати добрі думки, тяжка доля не зламає її нещастям та соромом. Світ — це ваш калейдоскоп, а різноманітні кольорові комбінації, які він дарує вам кожній момент, це відображення ваших думок.

Ти станеш тим, ким маєш стати;
Невдача хай стежину іншу обере,
А це нікчемне слово «ситуація»
Вільному духу шкоди геть не нанесе.

Керує часом, простір підкоряє;
І хитрий Шанс у нього в кулаці,
Він Ситуацію підступною з трону скине:
«Служитимеш віднині ти мені!»

І людська Воля, сила нездоланна,
Дитя Душі безсмертної вона,
Знайде свій шлях до будь-якої цілі,
Хоч треба буде сто завад пройти.

Не метушись, якщо не все виходить,
Чекай, неначе той мудрець;

Коли твій дух постане і прикаже,
Навіть титани скоряться тобі.

Глава третя. Вплив думки на здоров'я та тіло

Тіло це слуга розуму. Воно підкорюється його командам, незалежно від того, чи були вони свідомо обрані, чи спрацювали автоматично. За велінням неетичних думок, тіло швидко занурюється у хворобу і занепад; за велінням радісних і прекрасних думок, воно випромінює молодість і красу.

Хвороба і здоров'я, як і зовнішні обставини, беруть свій початок у думці. Хворобливі думки будуть виражатись у хворобливому тілі. Відомо, що думки про страх вбивають людину так само швидко, як куля. Вони постійно вбивають тисячі людей, нехай і не так швидко, проте однозначно. Люди, які живуть у страху перед хворобою, в результаті від неї і страждають. Тривога швидко деморалізує все тіло і відкриває двері хворобі; а нечисті думки, навіть якщо вони не стосуються фізичного стану, незабаром все одно руйнують нервову систему.

Сильні, чисті та радісні думки формують сильне й гарне тіло. Тіло — це крихкий і пластичний

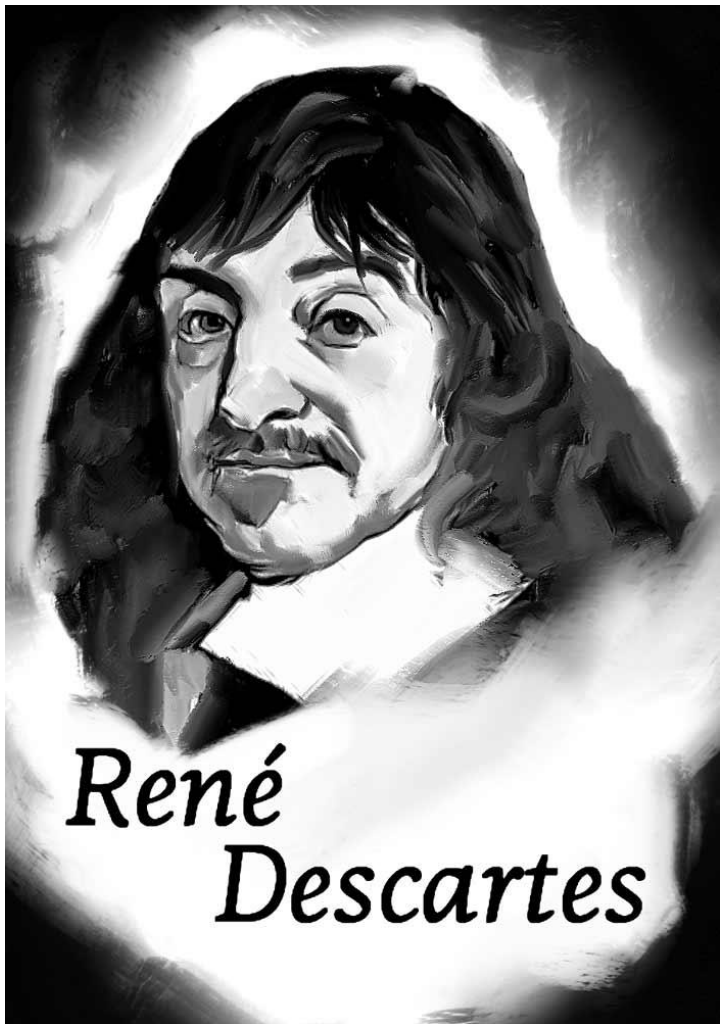
матеріал, який без зволікання реагує на думки, якими він вражений, а звички мислення будуть чинити на нього свій вплив, добрий чи поганий.

Кров людей буде нечиста і отруєна до тих пір, поки вони будуть розмножувати нечисті думки. З чистого серця фонтанує чисте життя і формується чисте тіло. З спотвореного розуму виникає спотворене життя і знівечене тіло. Думка є джерелом дії, життя та прояву; якщо очистити це джерело, все інше теж очиститься.

Зміна дієти не допоможе людині, яка не змінить своїх думок. Коли людина очищає свої думки, вона більше не бажає нечистої їжі.

Якщо ви хочете вдосконалити своє тіло, оберігайте свій розум. Якщо ви хочете відновити своє тіло, прикрашайте свій розум. Думки про злобу, заздрощі, розчарування та смуток позбавляють тіло здоров'я і грації. Кислий вираз обличчя не виникає просто так; він виникає через кислі думки. Зморшки, які вас псують, викликані примхами, гнівом і гординею.

Я знаю жінку, якій уже дев'яносто шість років, а в неї й досі яскраве, невинне обличчя дівчини. Я знаю людину, яка ще не досягла навіть середнього віку, а її обличчя спотворене не гармонійними рисами. Перший випадок — це результат милого і радісного настрою; інший — результат гніву і невдоволення.

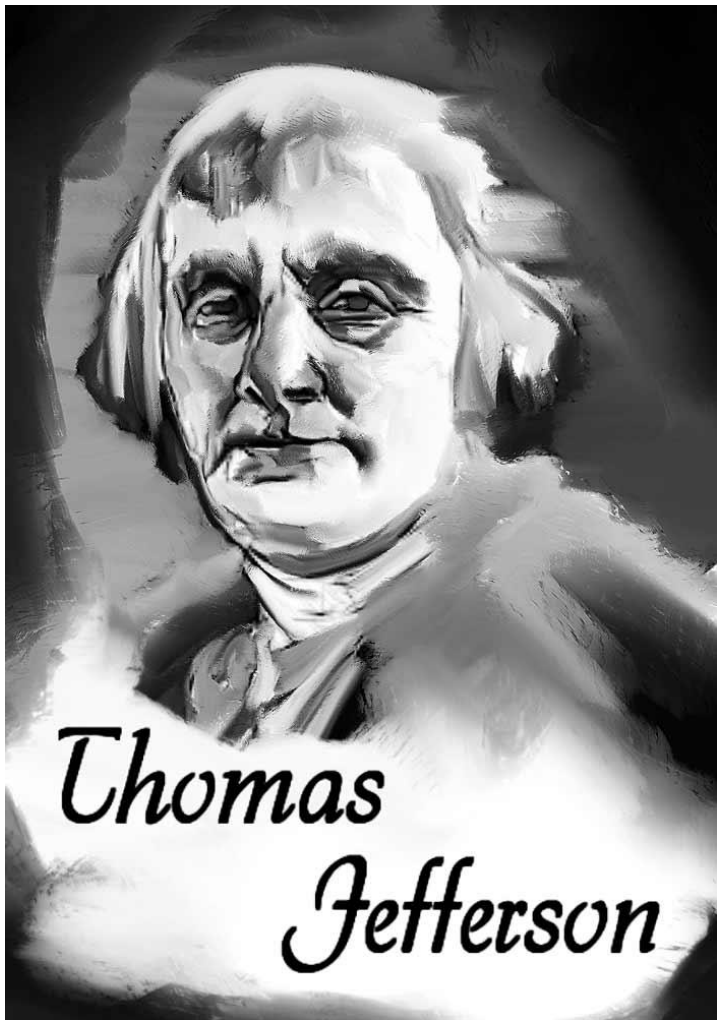


*René
Descartes*

Ваш будинок не буде привабливим і чистим, якщо ви не будете впускати туди повітря і сонце. Так само сильне тіло і яскраве, щасливе, безтурботне обличчя можуть бути тільки якщо впускати в розум думки про радість, доброзичливість та спокій.

На обличчях людей похилого віку є зморшки, якісь з них викликані співчуттям, якісь — сильними та чистими думками, а якісь — гнівом. Хто не може їх розрізнити? Тим, хто жив праведно, вік приносить спокій і умиротворення, як сонце, що заходить. Нещодавно я бачив філософа на смертному одрі. Йому було багато років, але він виглядав зовсім не старим. Він помер так само спокійно і мирно, як жив.

Від хвороб тіла немає ліків краще, ніж весела думка; ніщо не втішить вас краще, ніж доброзичливість, яка розжене печаль та сум. Постійно жити з думками про ворожість, цинізм, підозрілість і заздрощі — значить замикати себе в саморобній тюремній клітці. Якщо завжди мислити позитивно, бути веселим, терпляче вчитися знаходити гарне в усьому, то такі безкорисливі думки стануть тими самими воротами в рай; і якщо кожен день думати про мир та спокій для кожної істоти, то мир та спокій прийде і до самого мислителя.



Thomas

Jefferson

Глава четверта. Думка і мета

Поки думка не пов'язана з метою, вона не має розумного втілення. У більшості випадків думка може просто «дрейфувати» по океану життя. Відсутність життєвих цілей — порок, і таке «дрейфування» не годиться для того, хто хоче уникнути катастрофи та руйнування.

Ті, хто не мають головної мети в житті, стають легкою здобиччю для занепокоєнь, страхів, неприємностей і жалості до себе, а це все ознаки слабкості, які ведуть, так само, як і свідомі гріхи (хоча й іншим шляхом) до невдачі, нещастя і втрат, тому що слабкості не місце у сильному, еволюціонуючому всесвіті.

Людина мусить сформулювати реальну мету в своєму серці і почати її досягати. Вона повинна поставити цю мету в центрі своїх думок. Це може бути прагнення духовного ідеалу або ж якийсь мирської об'єкт, в залежності від стану душі людини на даний момент. Але що б це не було, людина повинна постійно зосереджувати свої думки на меті, яку вона поставила перед собою. Вона повинна зробити цю мету своїм вищим обов'язком і присвятити себе її досягненню, не дозволяючи при цьому своїм думкам загубитись в ефемерних фантазіях, прагненнях і мріях. Це колосальний шлях до самоконтролю і істинної

концентрації думки. Навіть якщо людині знову і знову не буде вдаватися досягти своєї мети (але вона обов'язково це зробить, як тільки подолає свої слабкості), *накопичена сила характеру* буде мірилом її *справжнього* успіху, і це стане новою відправною точкою для майбутньої сили та тріумфу.

Ті, хто ще не готовий до осмислення *великої* мети, повинні зосередити свої думки на бездоганному виконанні свого обов'язку, незалежно від того, наскільки незначним може бути їх завдання. Тільки таким чином думки можна зібрати і зосередити, а також розвинути рішучість і енергію, і коли це буде зроблено, не буде нічого такого, чого людина не змогла б досягти.

Навіть найслабша душа, знаючи про свою слабкість і вірячи в ту істину, що *силу можна розвинути тільки зусиллями і практикою*, відразу ж почне ставати сильнішою, і з кожним доданим зусиллям, виявленим терпінням і нарощеною силою, вона вже не припинить розвиватись і нарешті стане божественно сильною.

Так само, як фізично слабка людина може зробити себе сильною завдяки наполегливим і терплячим тренуванням, так і людина зі слабкими думками може зробити їх сильними, тренуючи себе в правильному мисленні.



*Jean-Jacques
Rousseau*

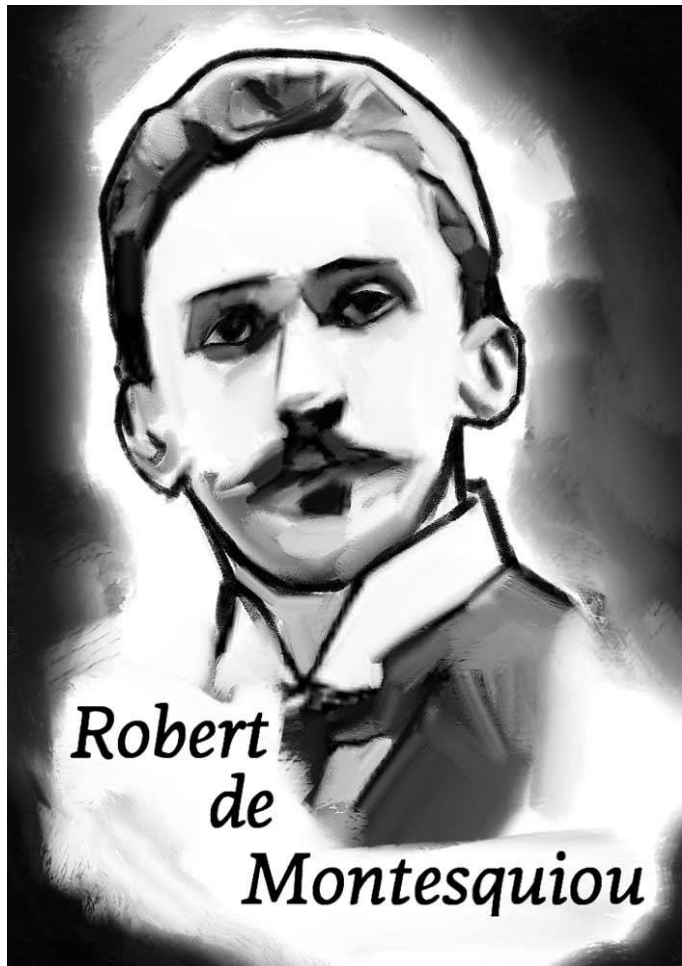
Позбутися від безцільності і слабкості, почати мислити цілеспрямовано означає увійти до лав тих сильних духом, які розглядають невдачу лише як один із шляхів здобуття знань; які змушують зовнішні обставини працювати на них; хто твердо мислить і намагається безстрашно й майстерно досягти своєї мети.

Осмисливши свою мету, людина повинна подумки прокласти прямий шлях до її досягнення, не озираючись по сторонам. Сумніви і страхи повинні бути строго виключені; це деструктивні елементи, які ламають пряму лінію зусиль, роблячи її кривою, неефективною і марною. З думками про сумніви і страх ніколи нічого не досягаєш, та ніколи і не зможеш. Вони завжди призводять до провалу. Мета, енергія, сила, а з ними і всі сильні думки зводяться нанівець, якщо закрадаються сумніви і страх.

Прагнення досягти чогось з'являється з усвідомленням того, що ми можемо цього досягти. Сумнів і страх — головні вороги знання, і той, хто заохоче їх, хто не вбиває їх, руйнує себе на кожному кроці.

Однак, той, хто переміг сумніви і страх, переміг невдачу. Кожна його думка підкріплюється силою, і всі труднощі він зустрічає зі сміливістю і мудро долає. Його цілі висіяні в правильний час, і тому вони цвітуть і приносять плоди, які не

оппадают передчасно на землю.



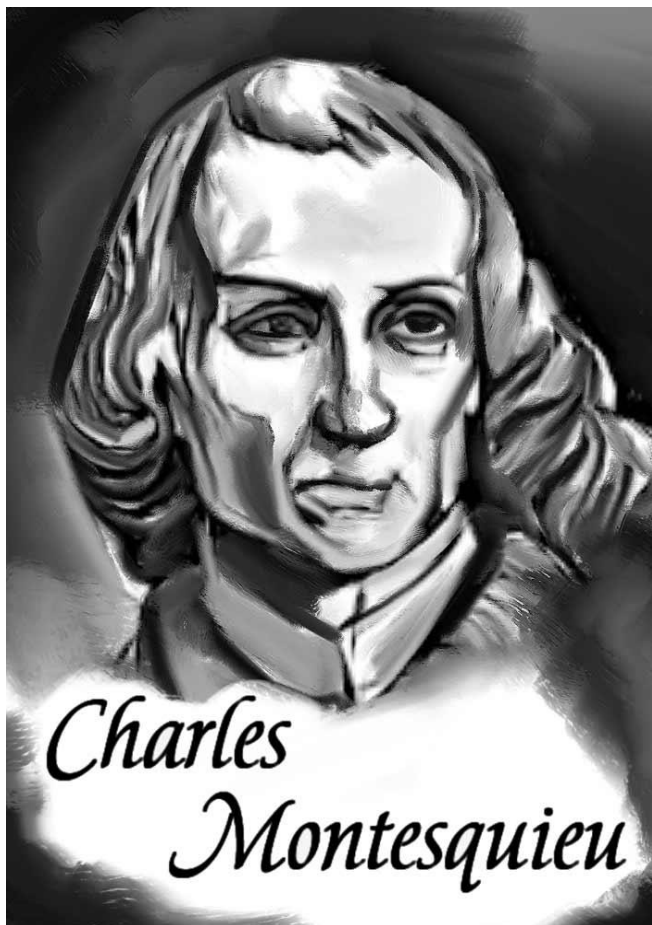
Думки, які надійно підкріплені метою, стають творчою силою. Той, хто *знає* це, готовий стати чимось вищим і більшим, ніж просто згусток мінливих думок і відчуттів. Той, хто *зробить* це, стане свідомим і розумним володарем сили мислення.

Глава п'ята. Фактор думки в досягненні цілей

Все, чого людина досягає і що їй не вдається — результат її власних думок. У справедливо впорядкованому всесвіті, де втрата рівноваги означала б повне руйнування, індивідуальна відповідальність повинна бути поняттям абсолютним. Відповідальність за свою слабкість і силу, чистоту і нечистоту лежить тільки на самій людині, а не на комусь іншому. Вони викликані нею самою, а не кимось іншим; і вони можуть бути змінені тільки нею самою, а не кимось іншим. Її стан теж належить їй самій, а не комусь іншому. Її страждання і щастя теж виходять зсередини. Які її думки, така і вона сама; як вона продовжує думати, такою вона і залишається.

Сильна людина не зможе допомогти слабшій, поки слабка не захоче прийняти цю допомогу, і навіть тоді слабка людина повинна сама стати сильною. Вона повинна сама розвинути силу, якою

вона захоплюється в іншій людині. Ніхто, крім неї самої, не може змінити свій стан.



Люди зазвичай думають і говорять: «Багато людей є рабами, бо у них є гнобитель; так давайте ж ненавидіти цього гнобителя». Однак, тепер серед зростаючого числа людей спостерігається тенденція переінакшувати це судження і говорити: «Одна людина є гнобителем, тому що багато людей є рабами; так давайте ж зневажати рабів». Але правда в тому, що гнобитель і раб є напарниками в невігластві і, хоча на перший погляд здається, що вони заподіюють страждання один одному, але насправді вони заподіюють страждання самі собі. Досконале Знання бачить закономірність у слабкості пригноблених і зловживанні силою гнобителями. Досконала Любов, бачачи страждання обох сторін, не засуджує жодну з них. Досконале Співчуття втішає в обіймах обох, як гнобителя, так і пригнобленого.

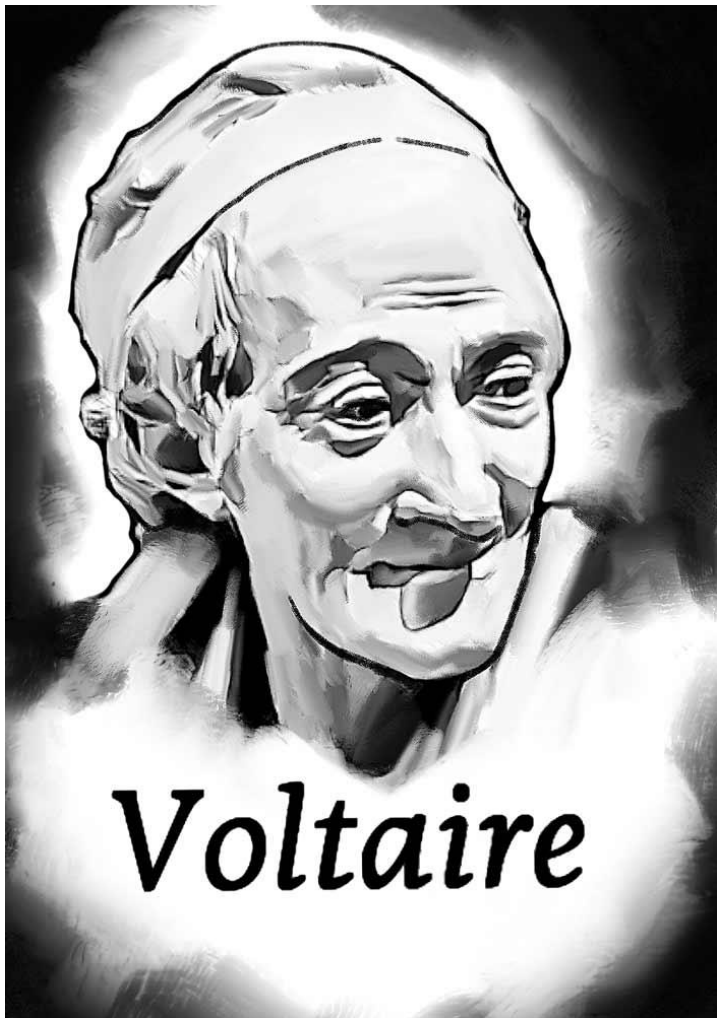
Той, хто перемиг слабкість і відкинув всі егоїстичні думки, не відноситься ні до гнобителів, ні до пригноблених. Він вільний.

Людина може піднятися, перемогти і досягти своїх цілей тільки піднявши свої думки. Відмовляючись підняти свої думки, вона тільки й зможе, що залишатись слабкою, жалюгідною та нещасною.

Перш, ніж людина зможе досягти чогось, навіть в мирських справах, вона повинна підняти свої думки над рабськими тваринними примхами.

Однак, щоб досягти успіху, їй не обов'язково відмовлятися від всього тваринного й егоїстичного; але, принаймні, частиною цього доведеться пожертвувати. Людина, чия перша думка — потурання тваринним примхам, не зможе мислити чітко і розумно планувати свої дії. Вона не зможе знайти і розвинути свої приховані ресурси, тому зазнає невдачі в будь-якому починанні. Не розпочавши впевнено контролювати свої думки, вона не зможе контролювати свої справи і брати на себе серйозні зобов'язання. Вона не спроможна буде діяти незалежно і самостійно, адже буде обмежена тільки тими думками, які сама обирає.

Без жертв не може бути ніякого прогресу, ніяких досягнень. Мирський успіх людини буде залежати від того, наскільки вона пожертвує своїми незв'язними тваринними думками і зосередиться на розвитку своїх планів, а також на зміцненні рішучості і впевненості в собі. І чим вище вона підійме свої думки, чим відважнішою, чеснішою і праведнішою вона стане, тим більше буде її успіх, тим кращими будуть її досягнення.

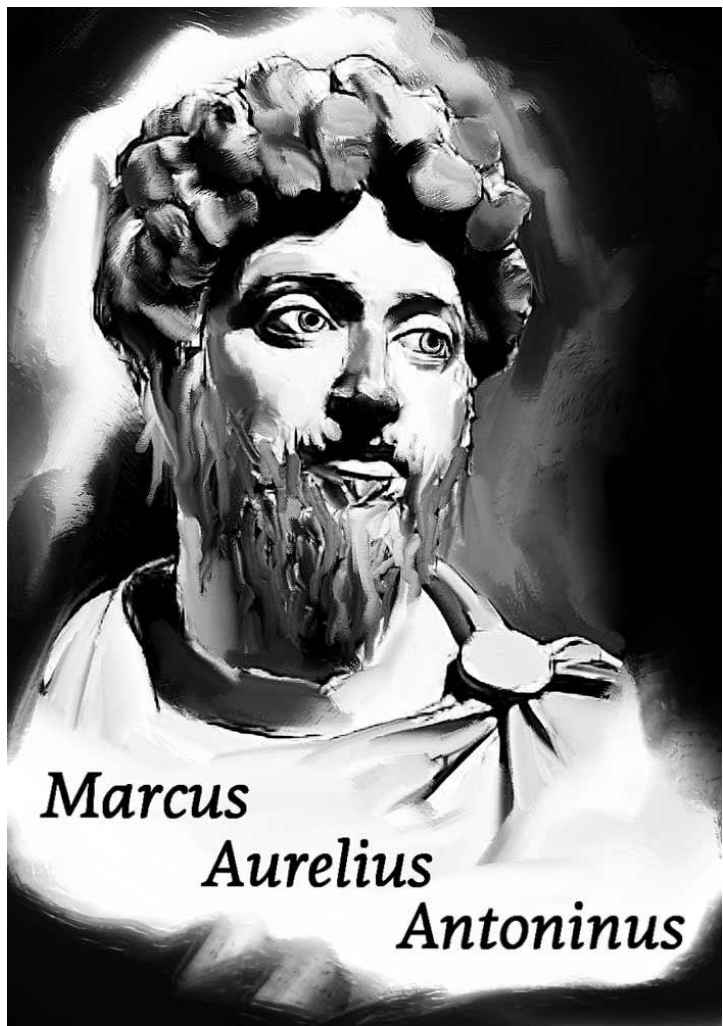


Voltaire

Всесвіт не любить жадібних, нечесних і порочних, хоча іноді на перший погляд може здатися, що це так. Всесвіт допомагає чесним, благородним і доброчесним. Всі великі Вчителі протягом всієї історії заявляли про це в різних формах, і щоб довести і пізнати це, людині потрібно тільки наполегливо робити себе більш доброчесною, прославляючи свої думки.

Інтелектуальні досягнення — це результат думок, присвячених пошуку знань або прекрасного й істинного в житті і природі. Такі досягнення іноді можуть бути пов'язані з марнославством і амбіціями, але вони не є результатом цих характеристик. Вони є природним результатом довгих наполегливих зусиль, а також чистих і безкорисливих думок.

Духовні досягнення — це результат священних прагнень. Той, хто постійно живе в усвідомленні благородних і високих думок, хто дотримується принципів чистоти і безкорисливості, неодмінно стане мудрим і благородним, а також здобуде вплив і блаженство — це також закономірно, як сонце досягає свого зеніту, а місяць — повнолулля.



Marcus

Aurelius

Antoninus

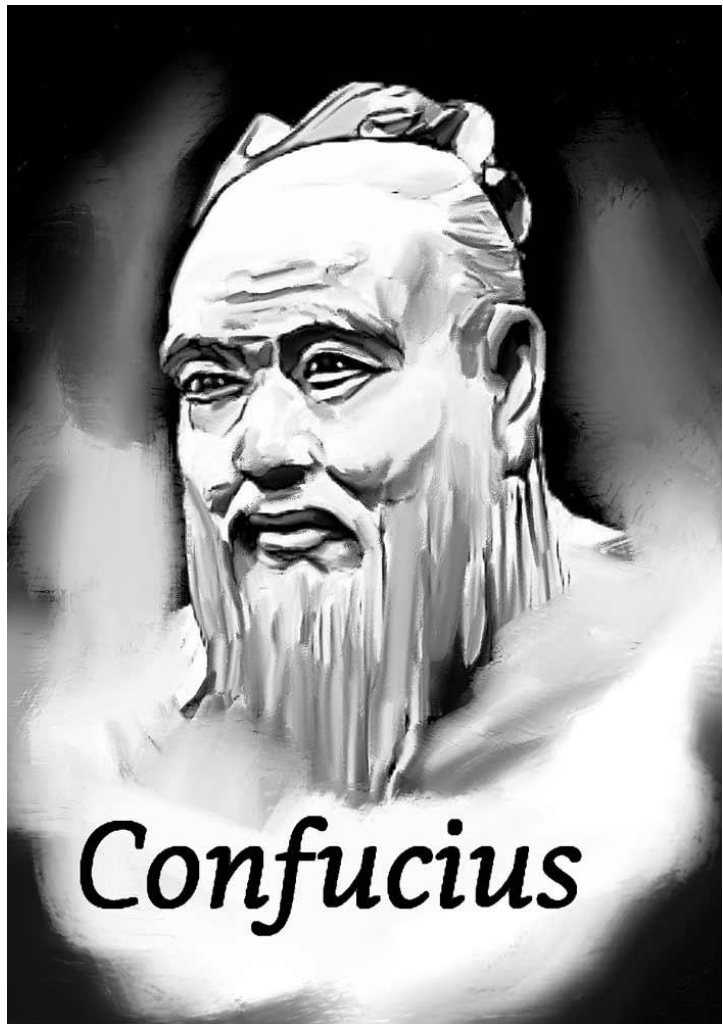
Будь-які досягнення — вінець зусиль, діадема думки. За допомогою самоконтролю, рішучості, чистоти, праведності і правильного напрямку думок людина піднімається догори. Через тваринні примхи, лінощі, нечистих думок, розбещеності і непослідовності людина котиться вниз.

Людина може досягти великих успіхів у реальному світі та в духовному царстві, але потім знову зануритися в слабкість і убогість, дозволивши зарозумілим, егоїстичним і зіпсованим думкам опанувати нею.

Перемоги, досягнуті за допомогою правильного мислення, можуть утримуватися тільки пильністю. Багато хто поступається, коли досягає успіху, і швидко повертається до провалу.

Всі досягнення, будь то в бізнесі, інтелектуальному чи духовному світі, є результатом певного спрямованого мислення, і підкоряються одному і тому ж закону, слідуєть одному і тому ж принципу; єдина різниця полягає в *об'єкті досягнення* .

Той, хто досягає мало, мабуть, і жертвує мало. Той, хто досягає багато, мабуть, і багато чим жертвує. Той, хто досягає великих висот, мабуть, приносить для цього відповідні жертви.



Confucius

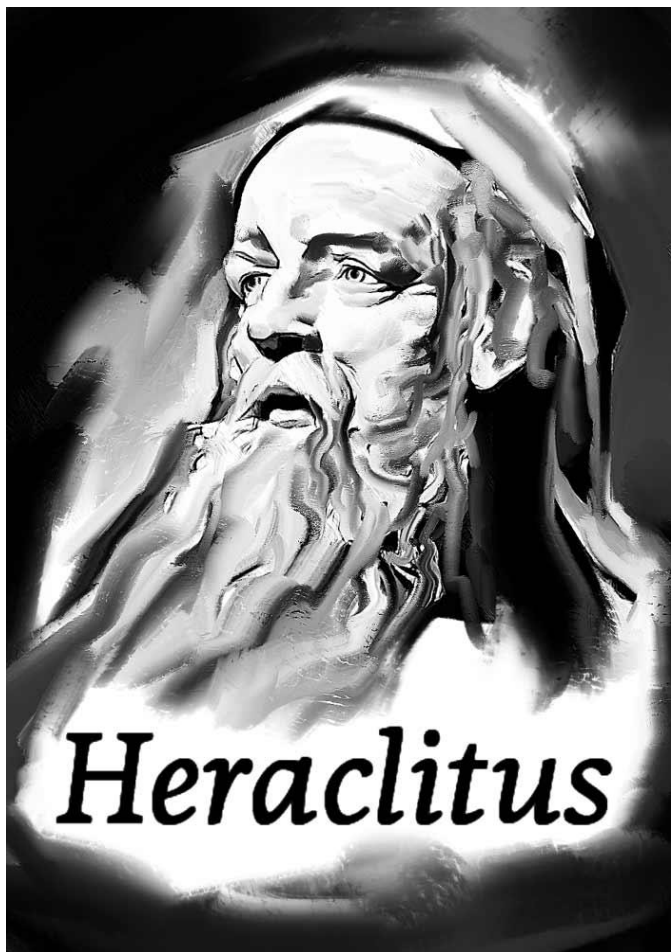
Глава шоста. Мрії та Ідеали

Мрійники — рятівники світу. Оскільки видимий світ підтримується невидимими, люди через всі свої випробування, гріхи і ганебні схильності живляться прекрасними мріями поодиноких мрійників. Людство не має забувати своїх мрійників. Воно не може дозволити їх ідеалам зникнути і померти. Воно живе в них. Воно знає їх в реаліях, які воно колись ще побачить і пізнає.

Композитор, скульптор, художник, поет, пророк, мудрець — вони творці загробного світу, архітектори небес. Світ прекрасний, тому що вони жили; без них людство загинуло б.

Той, хто береже прекрасні мрії та високі ідеали в своєму серці, одного разу усвідомлює це. Колумб плекав мрії про інший світ, і він відкрив його. Коперник вірив в ідею безлічі світів і широкого всесвіту, і він відкрив його. Будда проповідував філософію духовного світу чистої краси і досконалого спокою, і він увійшов в нього. Бережіть свої мрії. Бережіть свої ідеали. Бережіть музику, що лунає у вашому серці, красу, яка народжується в вашому розумі, чарівність, яка немов вуаль покриває ваші найчистіші помисли, тому що з них і виростуть радісні зовнішні обставини, все небесне довкілля. З них, якщо ви залишитесь вірними їм, і буде врешті решт

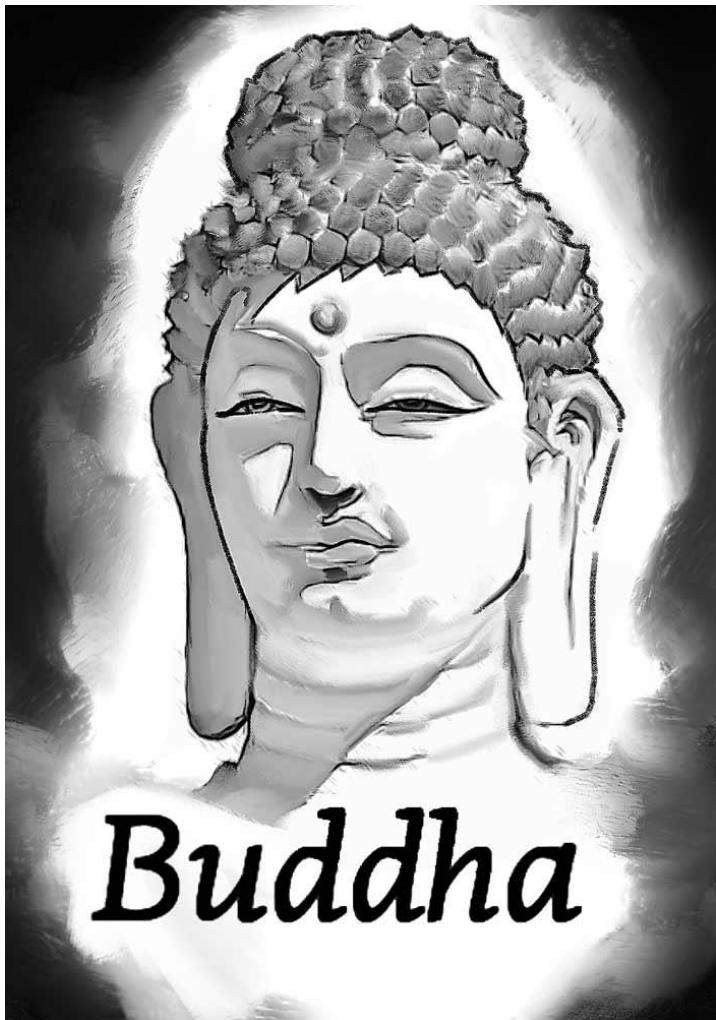
побудований ваш світ.



Бажати — означає отримувати; прагнути — означає досягати. Чи повинні наймерзенніші бажання людини задовольнятися в повній мірі, а її найчистіші прагнення впасти ниць через відсутність коштів для їх виконання? Ні, не такий Закон. Такий стан речей не узгоджується з принципом — «Проси і отримуй».

Нехай мрії ваші будуть високими, і в міру того, якими будуть ці мрії, такими станете і ви. Ваші Мрії — це зразок того, ким колись будете ви. Ваші ідеали — це передвісники того, що ви в підсумку відкриєте в собі.

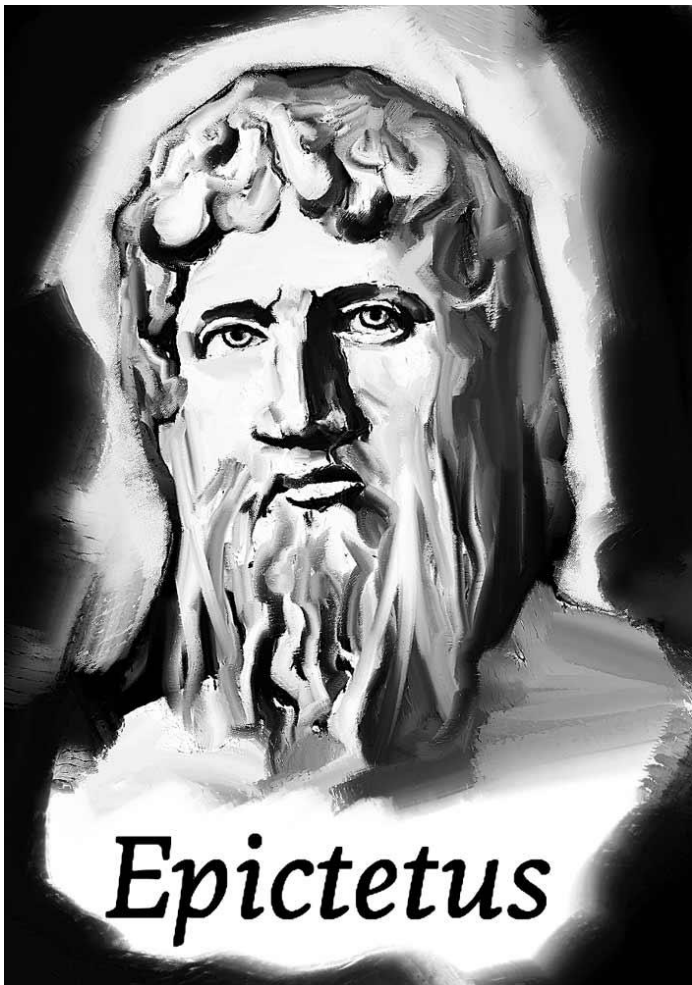
Найбільші досягнення починалися з мрії. Дуб спить у жолуді; птах чекає в яйці; а у вищій мрії душі пробуджується ангел. Мрії — це грядка для розсади реальних досягнень.



Buddha

Оточуючі вас обставини можуть бути несприятливими, але вони не будуть довго залишатися такими, якщо ви усвідомите та приймете Ідеал і будете до нього прагнути. Не можна подорожувати, сидячи *під замком*, і розвиватися, стоячи на місці *без руху*. Ось молодий хлопець, на якого з одного боку тисне бідність, а з іншого важка праця; йому доводиться багато годин працювати в задушливому цеху; йому не вистачає освіти і вишуканості. Але він мріє про кращі речі. Він думає про інтелект, витонченість, грацію та красу. Він осмислює, подумки вибудовує ідеальні умови життя. Мрії про більшу свободу і можливості опановують їм; відсутність спокою спонукає його до дій, і він використовує весь свій вільний час і кошти, хоча їх і мало, для розвитку своїх прихованих сил і ресурсів.

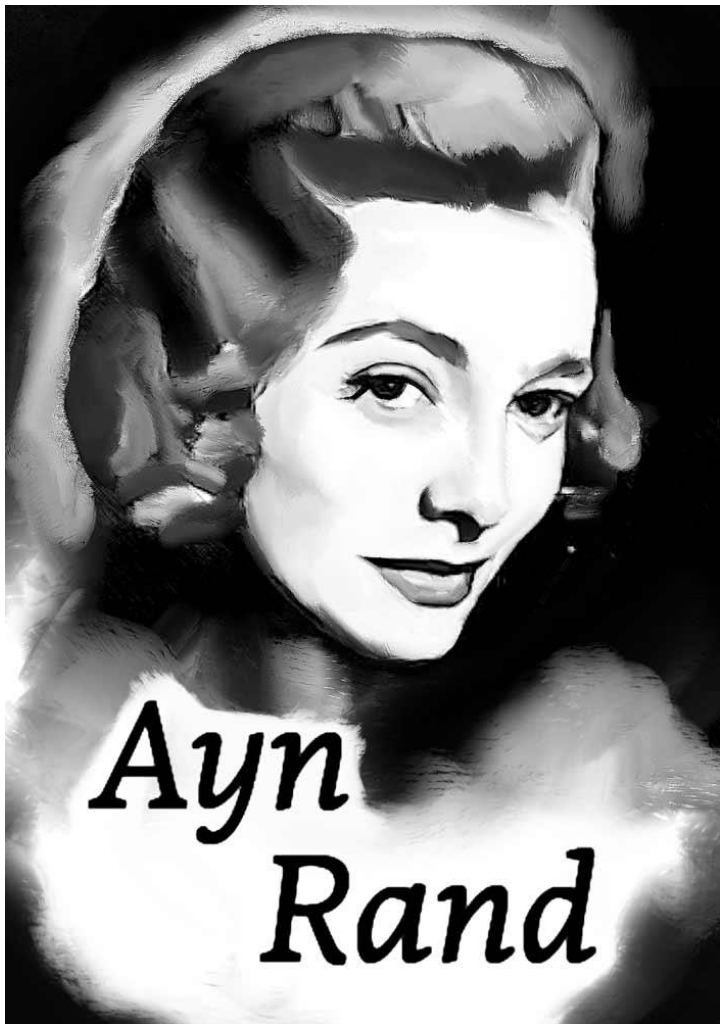
Дуже скоро його розум настільки змінюється, що цех вже не може його утримувати. Тепер це настільки дисгармоніє з його душевним станом, що він скидає ці стримуючі обставини, немов тісні черевики, і з ростом можливостей, які відповідають розмаху його зростаючої духовної сили, він назавжди виходить за рамки цих обставин.



Epictetus

Минають роки, і ми вже бачимо, що цей юнак став дорослим чоловіком. І ми дізнаємося, що тепер він майстерно володіє певними силами розуму, які він використовує для впливу в масштабах світу і володіє практично неперевершеною міццю. У своїх руках він тримає поводи величезної відповідальності. Від його слів змінюється життя багатьох. Чоловіки і жінки залежать від його слів і перекроюють свої характери, і, подібно до сонця, він стає центральною і сяючою точкою, навколо якої обертаються незліченні долі. Він усвідомив Мрію своєї юності. Він став єдиним зі своїм Ідеалом.

І ви, юний читаче, також усвідомите Мрію (а не просто порожнє бажання) вашого серця, буде вона низькою або прекрасною, або сумішшю того й іншого, тому що ви завжди будете прагнути того, що таємно любите найбільше. У ваших руках отримати точний результат ваших же власних думок; ви отримаєте те, що заробите, не більше і не менше. Якою б не була ваша нинішня ситуація, ви будете падати, залишатися на місці або підніматися разом зі своїми думками, своїми Мріями, своїм Ідеалом. Ви станете такими ж маленькими, як ваше контролююче бажання; або такими ж великими, як ваше домінуюче прагнення.

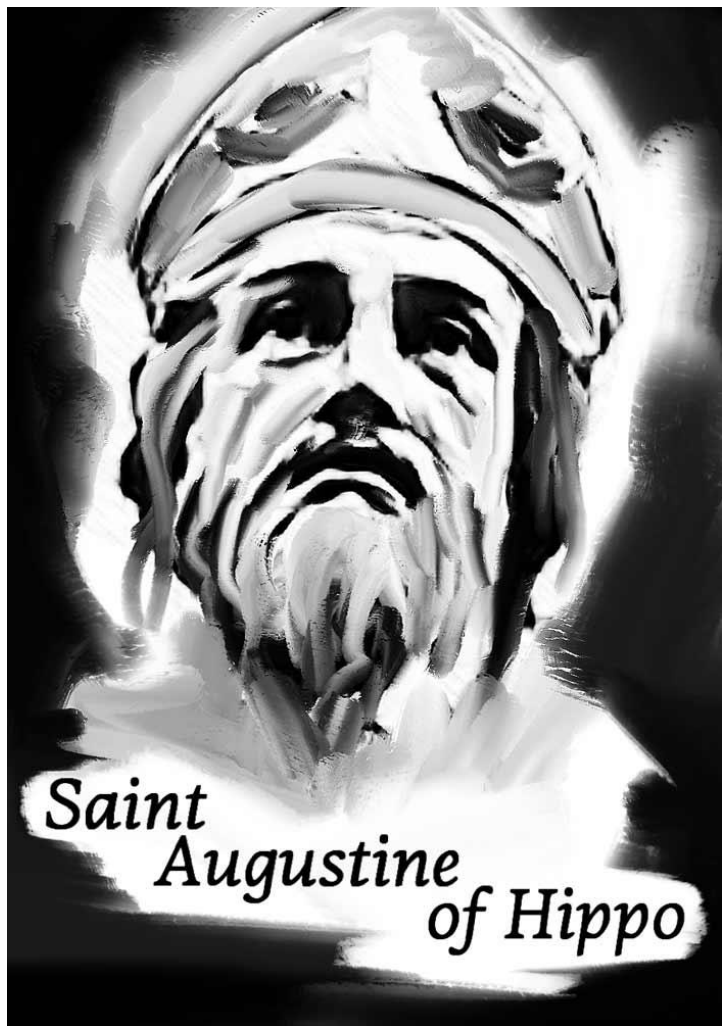


Ayn

Rand

Цитуючи прекрасні слова Стентона Кіркхама Дейва: «Ось ви сидите і здійснюєте бухгалтерські розрахунки, а вже через хвилину ви виходите за двері, які так довго здавались вам бар'єром на шляху до ваших ідеалів, і опиняєтесь перед глядачами — з тією ж ручкою, яка стирчить за вашим вухом і чорнильними плямами на пальцях — і саме там, саме в той самий момент проб'ється свердловина вашого натхнення. Ось ви йдете, підганяючи отару овець, і так доходите до самого міста — ви, сільський житель, який роззявив рота від здивування; і так ви дійдете під безстрашним керівництвом вашого духу до обителі майстра, і через деякий час він скаже: „Мені більше нема чому тебе навчити“. І ось тепер вже ви великий майстер, який нещодавно тільки і робив, що мріяв про великі речі, поки заганяв овець. Ви повинні відкласти в сторону пилу і струганок, щоб покласти на свої плечі відродження світу».

Бездумні, неосвічені та ледачі, які бачать тільки очевидні наслідки речей, а не самі речі, кажуть про удачу, фортуну та шанс. Бачачи людину, яка росте в багатстві, вони кажуть: «Та він же везунчик!» Спостерігаючи, як інший стає освіченим, вони волають: «Так він же благословенний!» А бачачи праведний характер і значний вплив іншої людини, вони відмічають: «Так йому ж випадає щасливий шанс на кожному кроці!»

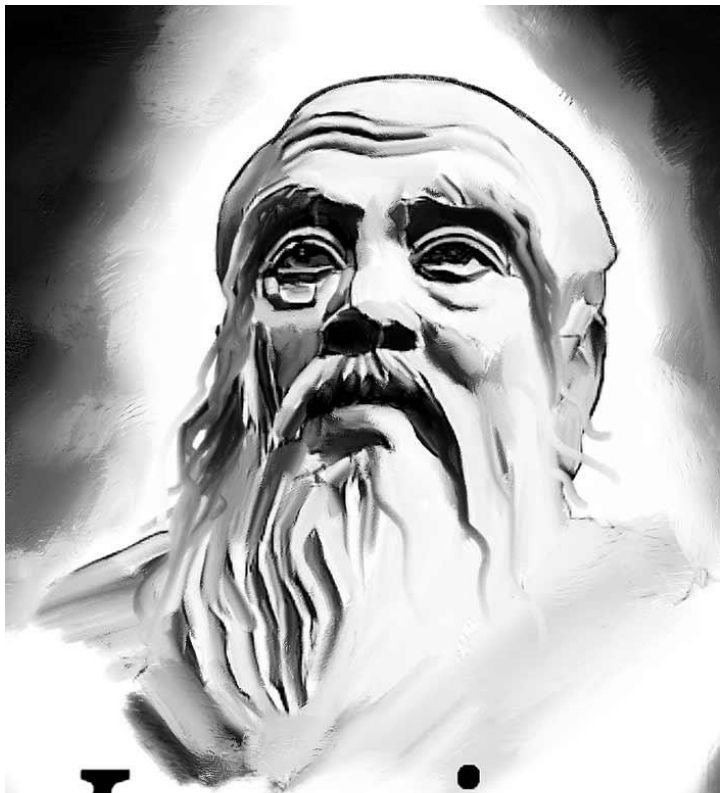


*Saint
Augustine
of Hippo*

Вони не помічають випробувань, провалів і складнощів, через які пройшли ці люди, щоб набути досвіду. Вони нічого не знають про жертви, які ті принесли, про безстрашні зусилля, яких вони доклали, про їх тверду віру, що вони можуть подолати, здавалося б, нездоланні труднощі, і усвідомити Мрію в своєму серці. Вони не бачать темряву і душевні муки; вони бачать тільки світло і радість, називаючи це «удачею». Вони не бачать того довгого і виснажливого шляху, а помічають тільки приємну мету, називаючи це «подарунком долі»; не розуміють процес, а тільки бачать результат, називаючи це «щасливим випадком».

У всіх людських справах є *праця*, а є *результати*. І старанність у цій праці є показником результату. А не випадок. «Таланти», сили, матеріальні, інтелектуальні і духовні задатки це плоди праці і зусиль. Вони — це уособлені думки, досягнуті цілі, здійснені мрії.

Мрію, яку ви прославляєте в своєму розумі, Ідеал, який панує в вашому серці — це і є той матеріал, з якого ви побудуєте своє життя, це те, ким ви станете.



Laozi

Глава сьома. Безтурботність

Спокій розуму — одна з прекрасних перлин мудрості. Це результат довгих і терплячих зусиль для набуття самоконтролю. Його присутність є показником зрілого досвіду і неабиякого знання законів і роботи мислення.

Людина стає спокійною в тій мірі, в якій вона розуміє себе як істота, що розвивається через мислення, оскільки таке знання вимагає розуміння інших за допомогою мислення. У міру того, як вона розвиває правильне розуміння і все ясніше бачить внутрішні причинно-наслідкові зв'язки речей, вона припиняє метушитися, переживати, турбуватися і засмучуватися, а залишається врівноваженою, стійкою, безтурботною.

Спокійна людина, навчившись керувати собою, знає, як пристосуватися до інших; і вони, в свою чергу, поважають її духовну силу і відчують, що можуть чогось навчитися і покласти на неї. Чим спокійніше стає людина, тим більше її успіх, її вплив, її сила в ім'я добра. Навіть звичайний торговець виявить, що його бізнес почне процвітати, коли він краще розвине самовладання і незворушність, тому що люди завжди віддають перевагу людині, поведінка якої врівноважена.

Сильну і спокійну людину завжди люблять і

шанують. Вона подібна до дерева, яке дає тінь у спекотний день, або ж печери, що захищає від грози. Хто не любить спокійне серце, врівноважене, збалансоване життя? Неважливо, чи йде дощ чи світить сонце, чи які зміни відбуваються з тими, хто володіє цими благословеннями — вони завжди привітні, безтурботні та спокійні. Ця витончена врівноваженість характеру, яку ми називаємо безтурботністю, є фінальною точкою пізнання і навчання; це розквіт життя, плід душі. Вона коштовна, як мудрість, більш бажана, ніж золото — так, навіть більш бажана, ніж чисте золото. Як же убого виглядає жадоба до грошей в порівнянні з безтурботним життям — життям, яка мешкає в океані Істини, під хвилями, поза досяжністю бурі, у вічному спокої!

Скількох людей ми знаємо, які псують собі життя, які знищують все приємне і красиве своїм вибуховим характером, які гублять самовладання і спричиняють ворожнечу! Питання в тому, чи не руйнує більшість людей своє життя і затьмарює своє щастя нестачею самоконтролю. Як мало людей, яких ми зустрічаємо в житті, можна назвати врівноваженими, які володіють тим вишуканим душевним балансом, який властивий правильно сформованому характеру!



*Simone
de
Beauvoir*

Так, людство кипить від неконтрольованого гніву, схвильоване від некерованого горя, пошарпане від неспокою і сумнівів. Тільки мудрець, тільки той, чиї думки контролюються і очищаються, змушує вітри і шторми душі підкорятися йому.

Бурхливі душі, де б ви не знаходилися, в яких би умовах ви не жили, знайте — в океані життя острови Блаженства зустрінуть вас з посмішкою, а сонячний берег вашого ідеалу чекає, коли ваш корабель причалить до нього. Тримайте руку твердо на штурвалі мислення. У ядрі вашої душі таїться Повелитель; Він поки ще дримає; але ви розбудіть Його. Самоконтроль — це сила; Правильна думка — це майстерність; Спокій — це влада.

Скажіть своєму серцю: «Залишайся у мирі зі всесвітом!»



Alexander

Hamilton



Copyright © 2020
StrelBooks – Strelbytskyy Multimedia Publishing, Ltd
www.strelbooks.com

ANDRONUM ®
<https://andronum.com/>

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, distributed, or transmitted, in any form or by any means, including photocopying, recording, or other electronic or mechanical methods, without prior written permission of the publisher, except in the case of brief quotations embodied in critical reviews and certain other noncommercial uses permitted by copyright law.

For information about permission to reproduce selections from this book, write to
vl@strelbooks.com
or **publishing@andronum.com.ua**

Copyright © 2020
StrelBooks – Strelbytskyy Multimedia Publishing, Ltd
www.strelbooks.com

ANDRONUM ®
<https://andronum.com/>

Все права защищены. Никакая часть этой публикации не может быть воспроизведена, распространена или передана в любой форме или любыми средствами, включая фотокопирование, запись или другие электронные или механические методы, без предварительного письменного разрешения издателя, за исключением случаев ограниченного цитирования и для некоторых других некоммерческих целей, разрешенных законом об авторских правах.

Чтобы получить информацию о разрешении воспроизведения этой публикации, пишите на адрес:
vl@strelbooks.com
или **publishing@andronum.com.ua**